

FORMAÇÃO DE TREINADORES AM&DC – GRAU I

REFERENCIAL OFICIAL PUBLICADO



Referencial de Formação Específica
de Artes Marciais e Desportos de Combate
► Regulamento de Estágios

**Formação Inicial de Treinadores
sem referencial próprio**

ABERTURA DE CURSOS

Cursos AM&DC – Grau I

Exclusivo por Entidades Certificadas
No Sistema Nacional de Qualificações



Mais informações:
akporto@hotmail.com



FORMAÇÃO | QUALIFICAÇÃO | RECONHECIMENTO

INTRODUÇÃO

O presente Regulamento pretende dar a conhecer um conjunto de informações gerais relativas à Formação Inicial – Curso de Treinadores de artes marciais e desportos de combate de Grau I (**Código**), levado a cabo pela entidade formadora Associação de Karate do Porto – AKP. O presente Curso de Treinadores atuará de acordo com o Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT), ao abrigo da Lei nº106/2019, de 6 de Setembro, tendo como base os Referenciais de Formação Geral e Específica e, o Regulamento de Estágio da modalidade em apreço, validados pelo Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P. (IPDJ),

OBJECTIVO GERAL E DESTINATÁRIOS:

Todos aqueles que pretendem obter o título profissional de treinador de desporto, correspondente à base hierárquica de qualificação profissional do treinador desportivo, Grau I, devidamente certificado pelo IPDJ, no âmbito do Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT) e que cumpram cumulativamente os requisitos necessários para a frequência do respectivo curso, nomeadamente:

- Idade mínima de 18 anos.
- Escolaridade obrigatória (em função do ano de nascimento do candidato).
- Cumprimento de pré-requisitos específicos da modalidade/disciplina/estilo.

REQUISITOS DE PARTICIPAÇÃO

Para a participação no Curso de Treinadores de artes marciais e desportos de combate de Grau I é necessário preencher os seguintes requisitos:

Requisitos Gerais (impostos por lei)	18 anos de idade (à data da emissão do Diploma de Qualificações)
	Escolaridade mínima obrigatória (de acordo com a lei) em função dos candidatos:
	4 anos de escolaridade: Para candidatos nascidos até 31/12/1966.
	6 anos de escolaridade: Para candidatos nascidos entre 1/01/1967 e 31/12/1980.
	9 anos de escolaridade: Para candidatos nascidos entre 1/01/1981 e 31/12/2002
	12 anos de escolaridade: Para candidatos nascidos a partir de 01/01/2003 e/ou que se inscreveram no ano letivo de 2009/10, no 1º e 2º ciclo, ou no 7º ano de escolaridade.

Requisitos específicos	Entrega de currículo vitae (Prova de aptidão)
---------------------------	--

CALENDARIZAÇÃO E LOCAL DE FORMAÇÃO

PORTO

Componente geral (36h): 28 de março a 25 de abril

1º fase: Exame: 25 de abril - Presencial

2º fase: Exame:

28 de março - Presencial – Boas Vindas – Honbu Dojo AKP – Travessa da Ponte, 124, 4435-402 Rio Tinto, Gondomar

29 de março, 11 e 12 de abril – Online de forma síncrona através da plataforma Zoom

19 de abril - Presencial - Local: Ginásio CR7, R. dos Fogueteiros 341, 4460-724, Custóias

9 de maio – Presencial – Local: Honbu Dojo AKP – Travessa da Ponte, 124, 4435-402 Rio Tinto, Gondomar

Componente específica (36h): 9 de maio até 6 junho

1º fase: Exame: 4 de junho - Presencial

2º fase: Exame:

9 de maio – Presencial – Local: Honbu Dojo AKP – Travessa da Ponte, 124, 4435-402 Rio Tinto, Gondomar

10 de maio – Presencial – Local: Honbu Dojo AKP – Travessa da Ponte, 124, 4435-402 Rio Tinto, Gondomar

16, 17 e 23 de maio – Online de forma síncrona através da plataforma Zoom

6 de junho – Presencial – Local: Honbu Dojo AKP – Travessa da Ponte, 124, 4435-402 Rio Tinto, Gondomar

Os horários dos dias do módulo presencial são das 9h às 13h e das 14h às 19h;

A componente geral e específica será lecionado em modo Misto (Videochamada e presencial). **Os módulos lecionados por videochamada têm a obrigatoriedade de ter a camara ativa e o formando estar presente. A respetiva planificação poderá sofrer pequenos ajustes.**

Estágio pedagógico: 1 de julho de 2026 até 30 de dezembro de 2026 (uma época desportiva -mínimo de 6 meses)

Cada formando terá um tutor (o tutor, obrigatoriamente possuidor de acreditação mínima como Treinador de Karate de Grau II, que fará o acompanhamento no local do processo e tarefas de formação conjuntamente com o Coordenador de Estágio indicado pela AKP.

PLANO CURRICULAR

COMPONENTE GERAL DE FORMAÇÃO (G I)	
CONTEÚDOS DISCIPLINARES GERAIS	h
Teoria e Metodologia do Treino Desportivo	12
Pedagogia e Didática do Desporto	15
Funcionamento do Corpo Humano, Primeiros Socorros e Antidopagem	5
Desporto Adaptado	2
Ética no Desporto	2
TOTAL DA COMPONENTE GERAL	36

Unidades de Formação e Cargas Horárias

Grau I

UNIDADES DE FORMAÇÃO	HORAS
1. SISTEMÁTICA DAS ARTES MARCIAIS E DESPORTOS DE COMBATE	4
2. DESENVOLVIMENTO DAS ARTES MARCIAIS E DESPORTOS DE COMBATE	10
3. TEORIA E METODOLOGIA DO TREINO NAS ARTES MARCIAIS E DESPORTOS DE COMBATE	16
4. ÉTICA, PEDAGOGIA E DIDÁTICA DAS ARTES MARCIAIS E DESPORTOS DE COMBATE	6
Total	36

RECURSOS MATERIAIS E PEDAGÓGICOS NECESSÁRIOS

Computador com camara e micro com acesso à Internet, plataforma Zoom.

Recursos pedagógicos utilizados: Manuais de formação, exercícios, vídeos, textos de apoio, hiperligações, diapositivos de apresentação, entre outros.

Nas aulas práticas, é obrigatória a participação de todos os formandos, devendo estes ser portadores de equipamento desportivo adequado à prática. A dispensa das aulas só será possível mediante justificação médica, sob pena de haver lugar à falta injustificada. Os formandos que apresentem qualquer lesão ou impedimento físico não são dispensados da presença nas aulas, nomeadamente das práticas, ainda não possam participar na execução prática dos exercícios.

Os casos excecionais serão analisados e decididos pela Direção.

EQUIPA DE FORMAÇÃO DO CURSO

- **Coordenação Técnica:** António Gomes
- **Formadores da CF Geral e Específica:** António Gomes Rebelo, Armando Inocentes, Daniel Santos, Eugénio Esteves, Joana Pinho, Paulo Parente
- **Coordenador de Estágio:** Jenny Neves;
- **Tutores de Estágio:** Identificados e validados posteriormente (em função dos Treinadores Estagiários e Locais de Estágio propostos), cumprindo os requisitos mencionados para Perfil de Tutor no Regulamento de Estágio, da modalidade e grau de formação em apreço

CONDIÇÕES DE ACESSO

As inscrições para o Curso de Treinador de Grau I deverão ser efetuadas através de preenchimento de formulário online, no site da AKP (<https://www.akporto.org>), menu formação até ao dia **15 de Março de 2026** e por transferência bancária por motivos logísticos, enviando posteriormente o comprovativo de pagamento com indicação do ordenante.

NIB:0036 0157 99100043213 52 Montepio Geral

Para que a inscrição seja considerada válida deverão os interessados proceder a entrega dos seguintes documentos via email para formacao.akp@gmail.com:

- Cópia do Cartão do Cidadão/Bilhete de Identidade;
- Cópia do N.º Identificação Fiscal (NIF);
- 1 fotografia tipo passe digitalizada;
- Cópia do Certificado de Graduação
- Certificado de Habilitações *(ou realização do pedido*)*;
- Registo criminal sem antecedentes criminais, nomeadamente, no que diz respeito ao exercício de funções ou atividades que envolvem o contacto regular com menores.

Como tirar o Certificado do Registo Criminal on line??

Acesso ao certificado online: <https://registocriminal.justica.gov.pt>

Validade: 90 dias (após a data de candidatura ao Curso)

Finalidade: Profissão/Atividade sem Lei especial – Lei 37/2015

Informações gerais:

Função: Curso de Treinadores de Desporto de Karate

Entidade patronal: Associação de Karate do Porto

Local de trabalho: Portugal

Envolve contacto regular com menores: Sim

As inscrições apenas são consideradas válidas se cumpridas as tarefas de inscrição e envio da informação solicitada.

Os **Licenciados em Educação Física e Desporto** deverão apresentar até à data de início do curso o Certificado de Reconhecimento de Competências, emitido pelo IPDJ para serem dispensados da frequência e avaliação das componentes em causa e respetivos pagamentos.

A inscrição implica o reconhecimento da participação nas Componentes Geral, Específica e Estágio, não sendo necessário, portanto, proceder a nova inscrição para cada uma das componentes.

A participação neste curso tem os seguintes custos:

	VALOR:
1.ª Tranche	200 €
2.ª Tranche	200 €
Valor Total	375 €

O valor indicado **não contempla** o pedido de emissão do Título Profissional de Treinador de Desporto de Grau I, na Plataforma PROdesporto e também 5h de formação acreditadas pela entidade formadora que terão de realizar de acordo com as atividades específicas do regulamento de estágios. O curso pode ser pago na totalidade ou de forma faseada. O seu incumprimento implica a não participação na componente em causa e seguintes.

As inscrições apenas são consideradas válidas se cumpridas as tarefas de inscrição e envio da informação solicitadas.

ASSIDUIDADE E PONTUALIDADE

Tal como exposto no ponto 8.4 do Regulamento de Organização de Cursos de Treinadores de Desporto publicado pelo IPDJ, para efeitos de conclusão de um curso de treinadores com aproveitamento e posterior certificação, a assiduidade não pode ser inferior a 90% da carga horária do percurso formativo nas componentes de formação geral e específica.

Sempre que um formando não cumpra os 90% da carga horária da formação, nos termos do que acima se refere, cabe à AKP apreciar e decidir sobre as justificações apresentadas, bem como desenvolver os mecanismos de recuperação necessários ao cumprimento dos objetivos inicialmente definidos.

AVALIAÇÃO

Cada uma das componentes (Geral, Específica e Estágio) é avaliada numa escala de 0-20 valores. O formando deve obter aproveitamento em todas as Unidades de Formação das diferentes componentes. Sempre que a sua avaliação seja igual ou superior a 10 (com arredondamento à décima), conduz a uma classificação de APTO na componente em causa.

A avaliação das componentes gerais e específica são presenciais, em datas a definir.

A avaliação da componente prática é de realização obrigatória em data a definir.

A realização do Estágio Pedagógico depende da aprovação na Componentes de Formação Geral e Específica.

A avaliação final resulta da seguinte fórmula:

$$CF^* = (2FG + 3FE + 2FP) / 7$$

*Esta classificação é arredondada às décimas

Legenda:

CF - Classificação final do curso;

FG - Classificação da componente de formação geral;

FE - Classificação da componente de formação específica (Karate);

FP - Classificação da componente de formação prática (Estágio).

As classificações finais são lançadas em pautas de avaliação que devem estar disponíveis, para consulta pública, nomeadamente no site da entidade formadora, conforme regulamento do IPDJ.

CERTIFICAÇÃO

No final do Curso de Treinadores, se obtida conclusão com aproveitamento nas Componentes de Formação Geral, Específica e Prática e, estando todo o processo burocrático regularizado e em conformidade, será emitido o Diploma de Qualificações (DQ) e o Certificado de Qualificações (CQ), homologados pelo Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P. (IPDJ)

CONTATOS

DESIGNAÇÃO	CONTATO
A .K. Porto	964490293, akporto@hotmail.com