



# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LISBOA

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA

RUA DE PONTA DELGADA Nº 61 - 1000-241 LISBOA

NIF – 501653503 TELEFONE – 218 460 286 TELEMÓVEL – 965 657 296 FAX – 218 461 608

E-Mail: [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt) Endereço: [www.adjudolisboa.pt](http://www.adjudolisboa.pt)

Facebook: [www.facebook.com/adjudolisboa](http://www.facebook.com/adjudolisboa)

CIRCULAR nº 030/20/DT

Lisboa, 06 de Outubro de 2020

## CIRCULAR

### Curso de Treinadores de Judo - Grau II (Componente Geral)

Exmos. Senhores,

Tendo em conta que ainda não existe aprovação por parte do Instituto Português da Juventude e do Desporto relativo à componente específica e estágio da modalidade de Judo, a ADJL decidiu organizar a Componente Geral do Curso de Treinadores de Grau II. A componente geral do Curso de Treinadores de Grau II terá início no dia 31 de Outubro de 2020, sendo constituída por 60 horas de formação que serão leccionadas em formato e-learning assíncrono.

**NOTA: Sendo o Curso de Treinadores de Judo – Grau II dividido em três Componentes (Geral, Específica e Estágio), chamamos atenção que os formandos que queiram frequentar a componente geral do nosso curso de treinadores, só terão acesso ao Título Profissional de Treinador de Desporto Grau II, assim que completarem as restantes Componentes (Específica e Estágio).**

**DATA PRESENCIAL, HORÁRIO E LOCAL (Avaliação Final):** 06 de Fevereiro 2021, horário e local a confirmar no Distrito de Lisboa.

#### CONTEÚDOS:

| FORMAÇÃO GERAL                            | Horas     | Formador   |
|---|-----------|--|
| Teoria e Metodologia do Treino Desportivo | 19        | Formação online através de uma plataforma e-learning no período de <b>31 de Outubro de 2020 até 01 de Fevereiro de 2021.</b> |
| Pedagogia e Didática do Desporto          | 12        |  |
| Traumatologia do Desporto                 | 3         |  |
| Antidopagem                               | 2         |  |
| Desporto Adaptado                         | 2         |  |
| Fisiologia do Desporto                    | 8         |  |
| Psicologia do Desporto                    | 8         |  |
| Nutrição no Desporto                      | 4         |  |
| Ética no Desporto                         | 2         |  |
| <b>TOTAL</b>                              | <b>60</b> |  |

Dist.: Clubes / Treinadores; AD's e FPJ.





# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LISBOA

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA

RUA DE PONTA DELGADA Nº 61 - 1000-241 LISBOA

NIF – 501653503 TELEFONE – 218 460 286 TELEMÓVEL – 965 657 296 FAX – 218 461 608

E-Mail: [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt) Endereço: [www.adjudolisboa.pt](http://www.adjudolisboa.pt)

Facebook: [www.facebook.com/adjudolisboa](http://www.facebook.com/adjudolisboa)

## REQUISITOS do CANDIDATO:

- Idade mínima: 19 anos (feitos até 31 de Dezembro 2020);
- Escolaridade mínima obrigatória, em função da data de nascimento \*(ver tabela infra);
- Título Profissional de Treinador/a de Judo de Grau I;
- Graduação mínima: 2º Dan (à data de conclusão do Curso de Treinadores de Judo – Grau II);
- Desempenho efectivo de 1 ano ou uma época desportiva com a duração mínima de 6 meses de exercício profissional da função de treinador de Grau I de Judo (Declaração da respetiva Associação Distrital);
- Licença Federativa 2020 revalidada;

| <b>*Escolaridade mínima obrigatória (de acordo com a lei) em função dos candidatos</b> |   |
|--|---|
| <b>4º ano</b>  | • Para indivíduos nascidos até 31/12/1966.                |
| <b>6º ano</b>  | • Para indivíduos nascidos entre 01/01/1967 e 31/12/1980. |
| <b>9º ano</b>  | • Para indivíduos nascidos entre 01/01/1981 e 31/12/2002. |

## CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO (Componente Geral)

- De modo a que o aluno tenha aprovação final, os testes de unidade e o teste final presencial têm de ser positivos (i.e, acima de 47,50%);
- O aluno tem direito a efectuar o teste de unidade duas vezes. Caso reprove na segunda tentativa ficará reprovado automaticamente na componente geral;
- Caso o aluno reprove ou esteja ausente na primeira fase do exame final presencial tem acesso a uma segunda oportunidade. Caso reprove ou esteja ausente na segunda fase, será considerado reprovado na componente geral;
- A classificação final do aluno na componente geral é dada numa escala de 0 a 20 valores. O cálculo da nota final do aluno é feito do seguinte modo: 25% da média ponderada dos testes de unidade + 75% da nota do teste final presencial.

Dist.: Clubes / Treinadores; AD's e FPJ.





# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LISBOA

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA

RUA DE PONTA DELGADA Nº 61 - 1000-241 LISBOA

NIF – 501653503 TELEFONE – 218 460 286 TELEMÓVEL – 965 657 296 FAX – 218 461 608

E-Mail: [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt) Endereço: [www.adjudolisboa.pt](http://www.adjudolisboa.pt)

Facebook: [www.facebook.com/adjudolisboa](https://www.facebook.com/adjudolisboa)

## INSCRIÇÕES (data limite: 24h00 do dia 29 de Outubro de 2020)

- Nº mínimo de formandos: 10 / Nº máximo de formandos: 30;
- Enviar os formulários em anexo devidamente preenchidos, para [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt);
- Inscrição apenas é contabilizada, apresentando comprovativo de transferência;
- Anexar Comprovativo de Transferência (com 1º e ultimo nome no Descritivo);

## CRITÉRIOS DE PRIORIDADE DE INSCRIÇÃO (caso nº de inscrições ultrapasse as 30):

1. Graduação mais elevada;
2. Anos de licença federativa;
3. Idade mais elevada;

## PAGAMENTO:

- Taxa de Inscrição: 150€
- Pagamento via transferência (NIB: 0010 0000 9092 0480 0027 6), ou pagamento por Multibanco nas instalações da ADJL;

## PARA MAIS INFORMAÇÕES:

- Contacte: 965657919 (Luís Dias, Diretor do Curso)
- Ou, através do e-mail: [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt)

**O Gabinete Técnico**

Luís Dias

Dist.: Clubes / Treinadores; AD's e FPJ.





**Associação Distrital de Judo de Lisboa**



**CURSO DE TREINADORES DE JUDO - GRAU II  
(Componente Geral)  
2020**

**FICHA DE INSCRIÇÃO DE CANDIDATO**

Inserir Foto  
"tipo passe"

|                                   |  |
|-----------------------------------|--|
| <b>Nome Completo</b>              |  |
| <b>Data de Nascimento</b>         |  |
| <b>Telemóvel</b>                  |  |
| <b>Email</b>                      |  |
| <b>Naturalidade</b>               |  |
| <b>Número Cartão Cidadão</b>      |  |
| <b>NIF</b>                        |  |
| <b>Graduação</b>                  |  |
| <b>Nº de Licença Federativa</b>   |  |
| <b>Clube onde está Revalidado</b> |  |