



Federação Portuguesa de Aikido

Instituição de Utilidade Pública Desportiva

Av. Bombeiros Voluntários de Algés nº34/36, 1495-020 Algés
NIF: 502 477 350 Tlm: 926 161 015



Curso de Treinador de Aikido de Grau I

A **Federação Portuguesa de Aikido** informa que estão abertas as candidaturas para o **2º e 3º Curso de Treinador de Aikido de Grau I** validado pelo IPDJ no âmbito do Programa Nacional de Formação de Treinadores(PNFT). No 3º Curso as aulas presenciais serão realizadas nos Açores. Ponta Delgada.

O novo curso de formação inicial é um projeto ambicioso iniciado no final de 2024 pela Federação para todos os interessados em potenciar o conhecimento no âmbito desportivo do Aikido.

Desenvolver o espírito crítico e capacitar os futuros treinadores com as ferramentas fundamentais para liderar numa via profissional é um dos principais objetivos da formação.

O curso está organizado em 3 componentes:

- Componente de Formação Geral, com duração de 41h em regime online, sessões assíncronas. A Entidade Formadora é a empresa certificada Gnosies.
- Componente de Formação Específica, na modalidade do Aikido com uma duração de 41h em regime online sessões síncronas e presencial.
- Componente de Formação Prática(estágio) - Duração uma época desportiva no mínimo de 6 meses.

Particularidades do reconhecimento e equivalência das componentes dos candidatos serão avaliados individualmente pelo coordenador do curso.

Destinatários do curso:

Idade mínima de 18 anos.

Graduação mínima de 1ºkyu em Aikido

Federado da FPA com seguro desportivo válido.

Escolaridade mínima obrigatória à data de emissão do Diploma de Qualificações.

No sentido de garantir a qualidade de formação o curso integra no máximo 30 formandos.

O critério de seleção passa pela ordem de inscrição, a relevância associativa na promoção de um futuro treinador e a localização geográfica do candidato.

Datas previstas:

- Componente Geral: Março de 2025, Abril e Maio de 2025.
- Componente Específica: Junho, Julho e Setembro de 2025.
- Componente Prática(estágio): Outubro a Março de 2026.



Federação Portuguesa de Aikido

Instituição de Utilidade Pública Desportiva

Av. Bombeiros Voluntários de Algés nº34/36, 1495-020 Algés
NIF: 502 477 350 Tlm: 926 161 015



Regime:

Online pós-laboral e presencial.

Duração:

3/03/2025 a 31/03/2026

Local:

Lisboa e Açores.

Os estágios realizam-se nos clubes e associações de acolhimento do formando.

Conteúdos programáticos da formação específica:

1. Enquadramento Histórico e Cultural do Aikido(5 horas)
2. Técnica e Didática do Aikido(11 horas)
3. Buki Wasa - Jo e Bokken(10 horas)
4. Técnica e Didática do Aikido para Crianças(8 horas)
5. Marketing e Comunicação digital(2 horas)
6. Desenvolvimento do Aikido(5 horas)

CRONOGRAMAS:

2ª TURMA LISBOA

SUBUNIDADE	SUBTEMA	CT	CP	FORMADOR	LOCAL	DATA
1.1 HISTÓRIA DO AIKIDO		2		TRISTÃO DA CUNHA	Online	sexta 6 de junho 18h30
1.2 TERMINOLOGIA JAPONESA		1.5		TRISTÃO DA CUNHA	Online	sábado 7 de junho 09h30
1.3 O DOJO E A ETIQUETA		1.5		JOSÉ ARAÚJO	Online	A definir
2.1 Estrutura AULA			1	ALEXANDRA DUARTE	Sede Algés	sábado 14 de junho 10h00
2.2 Exercícios, MOVIMENTOS			3	ALEXANDRA DUARTE	Sede Algés	sábado 14 de junho 11h00
2.3 Ataques e T. básicos			4	HENRIQUE MARTINS	Sede Algés	domingo 15 de junho 09h30
2.4 UKEMI			3	JOÃO ALMEIDA	Sede Algés	sábado 15 de junho 15h00
3.1 HISTÓRIA		2		TRISTÃO DA CUNHA	Online	sábado 21 de junho 09h30
3.2 ETIQUETA		1		TRISTÃO DA CUNHA	Online	sábado 21 de junho 09h30
3.3 JO			3	JORGE COSTA	Sede Algés	domingo 20 julho 10h00
3.4 BOKKEN			4	CARLOS PORTAS	Sede Algés	domingo 20 julho 14h00



Federação Portuguesa de Aikido

Instituição de Utilidade Pública Desportiva

Av. Bombeiros Voluntários de Algés nº34/36, 1495-020 Algés
NIF: 502 477 350 Tlm: 926 161 015



4.1 DESENVOLVIMENTO C. E J.		1		ALEXANDRE FRANCISCO	Sede Algés	sábado 19 de julho 14h00
4.2 AIKIDO PARA CRIANÇAS E J.		1		ORLANDO MARQUES	Online	A definir
4.3 VERTENTE LÚDICA			3	ALEXANDRE FRANCISCO	Sede Algés	sábado 19 de julho 14h00
4.4 VERTENTE TÉCNICA			3	ORLANDO MARQUES	Sede Algés	sábado 19 de julho 10h00
5.1 Online		0.5		JOÃO NUNO	Online	Quarta, 23 de julho 18h30
5.2 Redes		0.5		JOÃO NUNO	Online	Quarta, 23 de julho
5.3 Conteúdos		1		JOÃO NUNO	Online	Quarta, 23 de julho
6.1 PRATICANTE ADULTO		1		MIGUEL SENDIM	Online	Terça, 9 de setembro 18h30
6.2 AIKIDO PELA D. E INCLUSÃO	6.2.1 Inclusão Social	0.5		ALEXANDRA DUARTE	Online	Quinta, 18 de setembro 18h30
	6.2.2 Mulheres no Aikido	0.5		ALEXANDRA DUARTE	Online	Quinta, 18 de setembro 18h30
	6.2.3 AIKIDO E O ENVELHECIMENTO ACTIVO	1		MIGUEL SENDIM	Online	Terça, 9 de setembro 18h30
6.3 AIKIDO ADAPTADO		2		HÉLDER RODRIGUES	Online	Sexta, 19 de setembro 18h30
Avaliações F. Específica						final setembro

3ª TURMA AÇORES

SUBUNIDADE	SUBTEMA	CT	CP	FORMADOR	LOCAL	DATA
1.1 HISTÓRIA DO AIKIDO		2		TRISTÃO DA CUNHA	Online	sexta 6 de junho 18h30
1.2 TERMINOLOGIA JAPONESA		1.5		TRISTÃO DA CUNHA	Online	sábado 7 de junho 09h30
1.3 O DOJO E A ETIQUETA		1.5		JOSÉ ARAÚJO	Online	A definir
2.1 Estrutura AULA			1	ALEXANDRA DUARTE	P.Delgada	sábado 6 de setembro 10h00
2.2 Exercícios, MOVIMENTOS			3	ALEXANDRA DUARTE	P.Delgada	sábado 6 de setembro
2.3 Ataques e T. básicos			4	HENRIQUE MARTINS	P.Delgada	domingo 7 de setembro
2.4 UKEMI			3	HENRIQUE MARTINS	P.Delgada	sábado 6 de setembro
3.1 HISTÓRIA		2		TRISTÃO DA CUNHA	Online	sábado 21 de junho 09h30
3.2 ETIQUETA		1		TRISTÃO DA CUNHA	Online	sábado 21 de junho 09h30
3.3 JO			3	CARLOS PORTAS	P.Delgada	domingo 14 de setembro 10h00
3.4 BOKKEN			4	CARLOS PORTAS	P.Delgada	domingo 14 de setembro 14h00



Federação Portuguesa de Aikido

Instituição de Utilidade Pública Desportiva

Av. Bombeiros Voluntários de Algés nº34/36, 1495-020 Algés
NIF: 502 477 350 Tlm: 926 161 015



4.1 DESENVOLVIMENTO C. E J.		1		ALEXANDRE FRANCISCO	P.Delgada	sábado 13 de setembro 9h00
4.2 AIKIDO PARA CRIANÇAS E J.		1		ORLANDO MARQUES	P.Delgada	sábado 13 de setembro
4.3 VERTENTE LÚDICA			3	ALEXANDRE FRANCISCO	P.Delgada	sábado 13 de setembro
4.4 VERTENTE TÉCNICA			3	ORLANDO MARQUES	P.Delgada	sábado 13 de setembro
5.1 Online		0.5		JOÃO NUNO	Online	quarta 23 de julho 18h30
5.2 Redes		0.5		JOÃO NUNO	Online	quarta 23 de julho
5.3 Conteúdos		1		JOÃO NUNO	Online	quarta 23 de julho
						quarta 23 de julho
6.1 PRATICANTE ADULTO		1		MIGUEL SENDIM	Online	terça 9 de setembro 18h30
6.2 AIKIDO PELA D. E INCLUSÃO	6.2.1 Inclusão Social	0.5		ALEXANDRA DUARTE	Online	quinta 18 de setembro 18h30
	6.2.2 Mulheres no Aikido	0.5		ALEXANDRA DUARTE	Online	quinta 18 de setembro 18h30
	6.2.3 AIKIDO E O ENVELHECIMENTO ACTIVO	1		MIGUEL SENDIM	Online	terça 9 de setembro 18h30
6.3 AIKIDO ADAPTADO		2		HÉLDER RODRIGUES	Online	sexta 19 de setembro 18h30
Avaliações F. Específica						final setembro

Objectivos:

Proporcionar aos formandos um suporte teórico forte dentro de diversas áreas em que o Aikido é um potencial exemplo de formação e ensino.

Transferir competências e conhecimento entre os diversos formadores e os participantes.

Desafiar os novos e antigos praticantes a escolher uma via profissionalizante válida na condução de novos grupos de trabalho.

Aprender a adaptar a uma nova realidade deste desporto e analisar os novos desafios com confiança.

Certificação:

Os formandos que concluírem com aproveitamento esta acção de formação a FPA emitirá um Certificado de Qualificação de Treinador de Grau I com o qual o formando solicitará ao IPDJ a emissão do Título Profissional de Treinador de Aikido de Grau I.



Federação Portuguesa de Aikido

Instituição de Utilidade Pública Desportiva

Av. Bombeiros Voluntários de Algés nº34/36, 1495-020 Algés
NIF: 502 477 350 Tlm: 926 161 015

Formadores da Componente Específica:

Alexandra Duarte(4ºDAN), Alexandre Francisco(3º DAN, Carlos Portas(6º DAN), Hélder Rodrigues(3º DAN), Henrique Martins(5ºDAN), João Almeida(6º DAN), João Nuno(4º DAN), Jorge Costa(7º DAN), José Araújo(6º DAN), Orlando Marques(6º DAN) e Tristão da Cunha(8º DAN).

Coordenador de estágios:

Técnico indicado pela Federação em estreita articulação com os tutores de estágio.

Tutores de estágios: escolhidos pelo estagiário ou designados pela federação sugeridos pela entidade de acolhimento.

Cada Tutor poderá acompanhar um máximo de 6 estagiários.

Informações detalhadas sobre os estágios serão posteriormente enviadas aos formandos.

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSdR3aVN8NJg1CkghPoPsVryZtCGnIt2HJGiQal5q4dprySf2w/viewform?usp=sf_link

Inscrições e pagamentos:

A inscrição deverá ser feita através do formulário abaixo indicado e o pagamento será realizado por referência MB enviada posteriormente após aceitação da candidatura.

O custo das três componentes poderá ser faseado no valor total de 330,00€ (em 3 prestações) ou pago na totalidade no valor de 297,00€(numa única prestação).

Os candidatos que obtenham equivalência e reconhecimento da componente geral do curso terão de assumir os custos da formação geral de forma a uma equilibrada gestão financeira dos cursos. Ficam dispensados de frequentar as aulas da referida componente formativa.

Assiduidade e Faltas:

De acordo com o regulamento a assiduidade do curso não poderá ser inferior a 90% da carga horária do total de horas.

Contactos:

FPA administração: 926161015

Coordenação do curso:

João Nuno e Jorge Feio.

formacao.treinadores@fpaikido.pt

27 de Fevereiro de 2025