



Assunto: Curso de Treinadores de Vela - Grau I – Turma 2 – 2026

A Federação Portuguesa de Vela vem por este meio anunciar a realização de mais uma edição do curso de treinadores de Vela - Grau I, enquadrado pela lei 106/2019 de 6 de Setembro e que é **habilitação legal mínima para o ensino da Vela em Portugal**. Esta formação será realizada maioritariamente online, mas terá uma parte presencial obrigatória a ser realizada na região Centro, nomeadamente em Cascais.

1 - Organização do curso

- **1ª parte: Componente de formação geral** - 36 horas, através de plataforma de *e-learning*, de 24 de fevereiro a 11 de abril de 2026.

Temas a abordar:

- Teoria e metodologia do treino
- Pedagogia e Didática no Desporto
- Funcionamento do corpo humano, primeiros socorros e antidopagem
- Desporto Adaptado
- Ética no Desporto

- **2ª parte: Componente de formação específica** - 38 horas, sendo que há uma primeira parte online, com a duração de 18 horas, a decorrer entre os dias 16 de abril a 27 de Maio de 2026, em calendário / horário a definir posteriormente. A segunda parte (aulas práticas) será presencial, com a duração de 20 horas e será realizada nos dias 29 (parte da tarde), 30 e 31 de Maio, no Clube Naval de Cascais.

Temas a abordar:

- Segurança no ensino de Vela
- Meteorologia náutica
- Técnicas de navegação à Vela
- Teoria da embarcação à Vela I
- Metodologia de ensino da Vela e organização da atividade
- Desenvolvimento das qualidades físicas do velejador I
- Vela adaptada I

(observação: inclui atividades práticas presenciais obrigatórias nas datas e locais acima referidos)

- **3ª parte: Estágio** Duração mínima de 6 meses ou uma época desportiva (ver condições no documento “regulamento de estágios – Vela”, que se encontra em anexo)

2 - Pré-requisitos para frequência da formação:

- 1) Idade mínima de 18 anos;
- 2) Escolaridade obrigatória à data de apresentação da candidatura;
- 3) Ser detentor de carta de navegador de recreio válida;
- 4) Dominar competências básicas de navegação à Vela, a serem atestadas pela F.P.V., através de 2 vias possíveis: Teste prático padronizado, segundo modelo proposto pela F.P.V. ; Reconhecimento e validação de competências de navegação à Vela, diretamente pela F.P.V., mediante currículo desportivo na modalidade.





3 - Inscrição e Taxas

A inscrição deverá ser formalizada até às 13h00 do dia 23 de Fevereiro de 2026, através de **preenchimento completo** do documento "Ficha de inscrição Vela G1 - 2026", que se encontra em anexo (certifique-se que o ficheiro fica com o seu nome). A inscrição só será considerada se estiver completa, preenchida corretamente e enviada **exclusivamente para o email:** formacao@fpvela.pt

Valor total: 500 euros

1. **Primeira prestação**- Pagamento de **260 euros** na formalização da inscrição (até 23 de Fevereiro)
2. **Segunda prestação** – Pagamento de **240 euros** até 31 de Maio de 2026

NOTA 1: Se for ultrapassada a data-limite de pagamento, será aplicada uma multa de 20% sobre a prestação em falta.

NOTA 2: Em caso de desistência, não se procede a devoluções.

4 - Número de vagas

A formação apenas será realizada com um mínimo de 12 participantes, tendo como máximo de inscrições 20.

Caso seja ultrapassado o número máximo de inscrições, proceder-se-á a uma seleção, com base no seguinte critério:

- 1º - Inscrições completas (com pagamento) submetidas por clubes;
- 2º - Ordem de entrada de inscrições pagas.

5 - Saídas profissionais

Treinador de praticantes das etapas mais elementares da formação desportiva (Escola de Vela), mais propriamente as etapas: Início ativo; aprendizagem e desenvolvimento exploratório, nos termos do documento "Desenvolvimento do velejador a longo prazo" (Consultar D.V.L.P. - F.P.V). Também fica habilitado para ensino da modalidade com adultos.

Ficha de inscrição e regulamento de estágio disponíveis em www.fpvela.pt

Na necessidade de qualquer informação adicional, contactar Sérgio Duarte (sergioduarte@fpvela.pt).

Lisboa, 11 de Fevereiro de 2026

O Diretor Técnico Nacional

Luís Rocha