



## Assunto: Curso de Treinadores de Vela - Grau I – 2025

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 11 de fevereiro a 3 de abril de 2025.

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 7 de Abril a 15 de Maio de 2025, em calendário / horário a definir posteriormente. A segunda parte (aulas práticas) será presencial, com a duração de 20 horas e será realizada nos dias 16 (parte da tarde), 17 e 18 de Maio, no Clube Naval de Cascais.

Temas a abordar:

- **Segurança no ensino de Vela** - Sérgio Duarte
- **Meteorologia náutica** – Vasco Moreira
- **Técnicas de navegação à Vela** – Sérgio Duarte, Elisiário Carvalho, Maria Krahe, Luís Santos
- **Teoria da embarcação à Vela I** – Luís Mourão
- **Metodologia de ensino da Vela e organização da atividade** - Sérgio Duarte
- **Desenvolvimento das qualidades físicas do velejador I** - Sérgio Duarte
- **Vela adaptada I** - Pedro Cunha

(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](#)").

## 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 10 de Fevereiro de 2025, através de **preenchimento completo** do documento "Ficha de inscrição Vela G1 - 2025", 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@gmail.com](mailto:formacao.fpvela@gmail.com)

**Valor total:** 500 euros

1. **Primeira prestação-** Pagamento de **260 euros** na formalização da inscrição (até 10 de Fevereiro)
2. **Segunda prestação** – Pagamento de **240 euros** até 18 de Maio de 2025

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](http://www.fpvela.pt)

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

Lisboa, 22 de Janeiro de 2025

O Diretor Técnico Nacional

Luís Rocha