



REFERENCIAL DE FORMAÇÃO

Organização em Unidades Capitalizáveis



Área de Formação

813. Desporto

Itinerário de Formação

81302. Gestão Desportiva

Saída Profissional

Designação: Técnico/a de Gestão Desportiva

Nível de Qualificação: 3

Modalidade de Formação

Cursos de Educação e Formação

As condições de acesso variam de acordo com o definido para cada tipologia de percurso.

Observações



Índice

1. Perfil de Saída	3
2. Matriz Curricular	4
3. Metodologias de Formação	6
4. Desenvolvimento da Formação	7
4.1. Unidades de Formação Capitalizáveis	
• 1 – Técnica e prática desportiva	8
• 2 – Gestão das organizações desportivas	12
• 3 – Gestão de instalações, actividades e eventos desportivos	15
• 4 – Técnica e prática do futebol (Unidade Complementar)	18



1. PERFIL DE SAÍDA

Descrição Geral

O/a **Técnico/a de Gestão Desportiva** é o profissional que, no domínio das técnicas e práticas das diferentes modalidades desportivas planeia, prepara, organiza e desenvolve actividades e eventos desportivos, promovendo simultaneamente a imagem dos clubes, associações desportivas, ou outras entidades.

Actividades Principais

- Identificar a instituição com as suas áreas funcionais e participar no planeamento e organização de actividades desportivas.
- Avaliar os recursos disponíveis e gerir o orçamento para o desenvolvimento das suas actividades.
- Aplicar os princípios da comunicação empresarial.
- Implementar acções de promoção e de divulgação da imagem da entidade.



2. MATRIZ CURRICULAR

Organização em Unidades de Formação Capitalizáveis (UC)

Código SGFOR (válido para o IEFP)	UNIDADES CAPITALIZÁVEIS	
8130210	1. Técnica e prática desportiva	350 horas
8130220	2. Gestão das organizações desportivas	350 horas
8130230	3. Gestão de instalações, actividades e eventos desportivos	375 horas
TOTAL		1075 horas

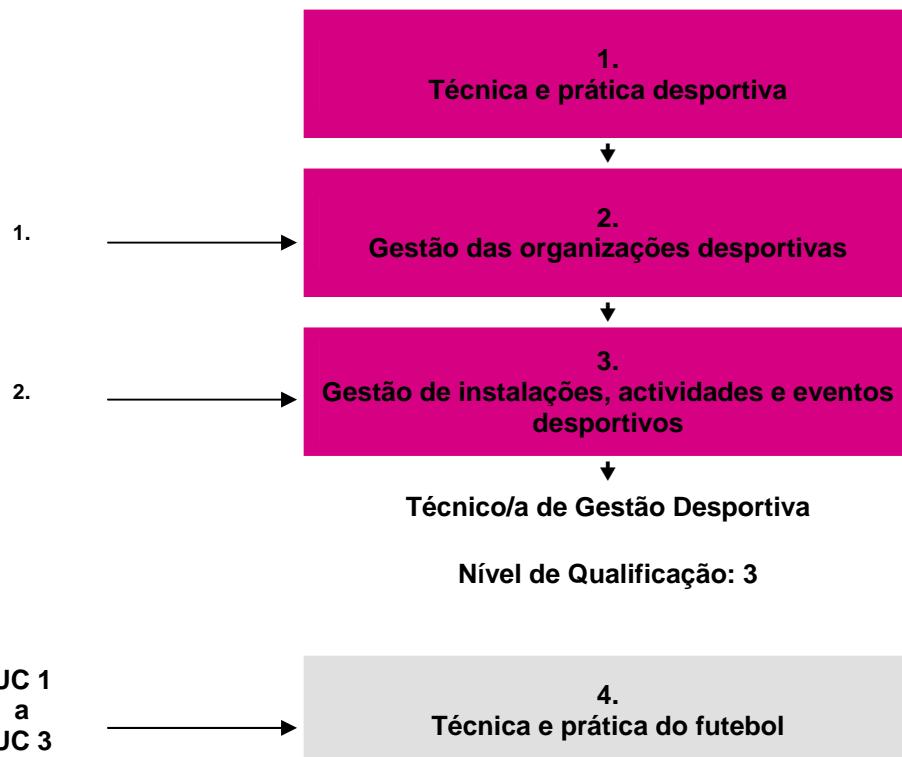
A esta carga horária total acrescem, em função da modalidade de desenvolvimento, as cargas horárias relativas às componentes de formação **sociocultural, científica e prática em contexto real de trabalho**.

Código SGFOR (válido para o IEFP)	UNIDADE COMPLEMENTAR	
8130240	4. Técnica e prática do futebol	200 horas
TOTAL		200 horas

Percorso Formativo

PRECEDÊNCIAS (A considerar no traçado de percursos formativos alternativos)

ITINERÁRIO DE QUALIFICAÇÃO (Percurso formativo recomendado)





3. METODOLOGIAS DE FORMAÇÃO

A organização da formação com base num modelo flexível, como o dos percursos formativos assentes em unidades capitalizáveis visa facilitar o acesso dos indivíduos a diferentes percursos de aprendizagem, bem como a mobilidade entre níveis de qualificação. Esta organização favorece o reingresso, em diferentes momentos, no ciclo de aprendizagem e a assunção por parte de cada cidadão de um papel mais activo e de relevo na edificação do seu percurso formativo, tornando-o mais compatível com as necessidades que em cada momento são exigidas por um mercado de trabalho em permanente mutação e, por esta via, mais favorável à elevação dos níveis de eficiência e de equidade dos sistemas de educação e formação.

A nova responsabilidade que se exige a cada indivíduo na construção e gestão do seu próprio percurso impõe, também, novas atitudes e competências para que este exercício se faça de forma mais sustentada e autónoma.

As práticas formativas devem, neste contexto, conduzir ao desenvolvimento de competências profissionais, mas também pessoais e sociais, designadamente, através de métodos participativos que posicionem os formandos no centro do processo de ensino-aprendizagem e fomentem a motivação para continuar a aprender ao longo da vida.

Devem, neste âmbito, ser privilegiados os métodos activos, que reforcem o envolvimento dos formandos, a auto-reflexão sobre o seu processo de aprendizagem, a partir da partilha de pontos de vista e de experiências no grupo, e a co-responsabilização na avaliação do processo de aprendizagem. A dinamização de actividades didácticas baseadas em demonstrações directas ou indirectas, tarefas de pesquisa, exploração e tratamento de informação, resolução de problemas concretos e dinâmica de grupos afiguram-se, neste quadro, especialmente, aconselháveis.

A selecção dos métodos, técnicas e recursos técnico-pedagógicos deve ser efectuada tendo em vista os objectivos de formação e as características do grupo em formação e de cada formando em particular. Devem, por isso, diversificar-se os métodos e técnicas pedagógicos, assim como os contextos de formação, com vista a uma maior adaptação a diferentes ritmos e estilos de aprendizagem individuais, bem como a uma melhor preparação para a complexidade dos contextos reais de trabalho. Esta diversificação de meios constitui um importante factor de sucesso nas aprendizagens.

Revela-se, ainda, de crucial importância o reforço da articulação entre as diferentes componentes de formação, designadamente, através do tratamento das diversas matérias de forma interdisciplinar e da realização de trabalhos de projecto com carácter integrador, em particular nas formações de maior duração, que contribuam para o desenvolvimento e a consolidação de competências que habilitem o futuro profissional a agir consciente e eficazmente em situações concretas e com graus de complexidade diferenciados. Esta articulação exige que o trabalho da equipa formativa se faça de forma concertada, garantindo que as aprendizagens se processam de forma integrada.

É também este contexto de trabalho em equipa que favorece a identificação de dificuldades de aprendizagem e das causas que as determinam e que permite que, em tempo, se adoptem estratégias de recuperação adequadas, que potenciem as condições para a obtenção de resultados positivos por parte dos formandos que apresentam estas dificuldades.

A equipa formativa assume, assim, um papel fundamentalmente orientador e facilitador das aprendizagens, através de abordagens menos directivas, traduzido numa intervenção pedagógica diferenciada no apoio e no acompanhamento da progressão de cada formando e do grupo em que se integra.



4. DESENVOLVIMENTO DA FORMAÇÃO

Unidades de Formação Capitalizáveis

1.	Técnica e prática desportiva 1.1 Actividades desportivas 1.2 Lei, ética e psicologia no desporto 1.3 Fisiologia do exercício e socorismo	350 horas 175 75 100
2.	Gestão das organizações desportivas 2.1 Gestão do potencial humano e comunicacional 2.2 Gestão administrativo-financeira	350 horas 175 175
3.	Gestão de instalações, actividades e eventos desportivos 3.1 Organização e promoção de actividades e eventos desportivos 3.2 Gestão de espaços e operações 3.3 Actividades de animação	375 horas 150 125 100

Unidade Complementar

4.	Técnica e prática do futebol 4.1 Acções técnicas e tácticas 4.2 Conteúdos físicos 4.3 Princípios gerais e específicos de jogo 4.4 Fases, métodos, modelo e sistema de jogo	200 horas 25 75 25 75
-----------	---	--



Unidade de Formação

1. Técnica e prática desportiva

Itinerário
Gestão Desportiva

Saída Profissional
Técnico/a de Gestão Desportiva

Objectivos

- Reconhecer as potencialidades e aplicações das diferentes actividades desportivas, de acordo com o público-alvo
- Determinar os equipamentos apropriados para as diferentes actividades
- Interpretar a legislação desportiva considerando a ética e a deontologia
- Identificar as potencialidades da psicologia do desporto
- Reconhecer os princípios da fisiologia do exercício
- Identificar e aplicar as técnicas básicas de socorismo em caso de acidente

Subunidades de Formação		Conteúdos programáticos
N.º / Duração	Designação / Objectivos Específicos	
175 horas	1.1. Actividades desportivas Identificar os vários desportos natureza e de aventura, bem como as regras de aplicação e segurança inerentes à sua prática	Desporto natureza e aventura <ul style="list-style-type: none">• Técnicas básicas, regras de segurança e prática dos seguintes desportos de aventura<ul style="list-style-type: none">- Canoagem- BTT- Tiro com arco- Orientação- Escalada
	 Identificar e aplicar os princípios e regras dos vários desportos individuais	Desportos individuais <ul style="list-style-type: none">• Atletismo<ul style="list-style-type: none">- História do atletismo- Modalidades integradas no atletismo- O atletismo em Portugal- Conceitos de higiene e segurança: Atletismo• Natação<ul style="list-style-type: none">- História da natação- Modalidades integradas na natação- A natação em Portugal- Conceitos de higiene e segurança: Natação• Ginástica<ul style="list-style-type: none">- História da ginástica- Modalidades integradas na ginástica- A ginástica em Portugal- Conceitos de higiene e segurança: Ginástica



Subunidades de Formação		Conteúdos programáticos
N.º / Duração	Designação / Objectivos Específicos	
1.1. 75 horas	Actividades desportivas Identificar e aplicar os princípios e regras dos vários desportos colectivos	Desportos colectivos <ul style="list-style-type: none">• Andebol<ul style="list-style-type: none">- História do andebol- Leis do jogo- Características da organização do jogo- Conceitos de higiene e segurança: Andebol• Basquetebol<ul style="list-style-type: none">- História do basquetebol- Leis do jogo- Características da organização do jogo- Conceitos de higiene e segurança: Basquetebol• Voleibol<ul style="list-style-type: none">- História do voleibol- Leis do jogo- Características da organização do jogo- Conceitos de higiene e segurança: Voleibol
	Identificar e aplicar os vários equipamentos desportivos de acordo com as modalidades	Equipamentos desportivos <ul style="list-style-type: none">• Identificação e caracterização de acordo com a modalidade desportiva• Regras de utilização• Cuidados no manuseamento• Práticas de manutenção• Conceitos de segurança e higiene como medida de saúde pública
1.2.	Lei, ética e psicologia desportiva Identificar e aplicar as leis do sistema desportivo, bem como a regulamentação das várias modalidades	Legislação desportiva <ul style="list-style-type: none">• Lei de Bases do Sistema Desportivo (LBSD)• Regime Jurídico das federações desportivas (RJFD)• Sociedades desportivas (SAD)• Regime de alta competição• Clubes de praticantes• Associações promotoras do desporto (APD)• Orgânica da administração central• Concelho Superior de Desporto• Livre Ingresso nos recintos desportivos• Contratos-Programa de desenvolvimento desportivo• Cooperação Internacional• Espectáculos desportivos• Infra-estruturas desportivas / espaços desportivos• Desporto de natureza• Actividades aeronáuticas• Actividades náuticas• Provas desportivas na via pública• Pesca desportiva• Condecorações• Educação física e desporto escolar / associações juvenis• Cidadãos com deficiência• Disposições gerais



N.º / Duração	Subunidades de Formação Designação / Objectivos Específicos	Conteúdos programáticos
1.2.	<p>Lei, ética e psicologia desportiva</p> <p>Interpretar o significado de comportamento ético, analisando o comportamento individual no âmbito de um código de ética desportiva</p>	<p>Ética no desporto</p> <ul style="list-style-type: none">• Princípios fundamentais• O desenvolvimento pessoal e a ética• Código de ética no desporto• Definição de <i>fair-play</i>• Características éticas e morais aplicadas ao desporto• A noção de responsabilidade• <i>Doping</i>• Racismo• Violência• Consequências e implicações da violência no desporto• Liberdade individual e interacção social
	<p>Identificar, interpretar e intervir ao nível das competências psicológicas dos praticantes de modo a potenciar, directa ou indirectamente, a sua performance desportiva</p>	<p>Psicologia do desporto</p> <ul style="list-style-type: none">• Introdução à psicologia do desporto• Factores psicológicos e desporto• Personalidade e desporto: estratégias cognitivas e sucesso desportivo• Motivação para a realização e competitividade<ul style="list-style-type: none">- Orientações motivacionais para a prática desportiva- Principais teorias• Factores contextuais e desporto<ul style="list-style-type: none">- Facilitação social• Fenómenos e processo grupais<ul style="list-style-type: none">- Performance individual e em grupo- Coesão do grupo- Comportamento do treinador e liderança• Potenciar a performance<ul style="list-style-type: none">- Treino de competências psicológicas- Regulação e controle de stress- Visualização mental- Auto-confiança e rendimento desportivo- Concentração e atenção
1.3. 100 horas	<p>Fisiologia do exercício e socorristismo</p> <p>Identificar as respostas fisiológicas agudas ou crónicas de alguns tipos específicos de exercícios físicos habitualmente utilizados, bem como interpretar e avaliar as respostas fisiológicas em dependência de algumas das características individuais do praticante</p>	<p>Fisiologia do exercício</p> <ul style="list-style-type: none">• Introdução à fisiologia do exercício• Índices, conceitos e classificação das capacidades físicas• Sistemas energéticos<ul style="list-style-type: none">- A energia e o ATP- Formas de obtenção e fontes de produção de ATP- Transferência da energia no movimento- Medida de consumo energético- Consumo energético (repouso e em actividade física)- A fadiga• Sistema neuro-muscular<ul style="list-style-type: none">- Estrutura e função do músculo esquelético- Controlo muscular no movimento- Adaptações neuromusculares• Sistema cardiovascular<ul style="list-style-type: none">- Estrutura e função- Controle neural e humoral- Comportamento das variáveis em resposta ao repouso e a diferentes tipos de exercícios físicos



N.º / Duração	Subunidades de Formação Designação / Objectivos Específicos	Conteúdos programáticos
1.3.	Fisiologia do exercício e socorristismo Identificar as respostas fisiológicas agudas ou crónicas de alguns tipos específicos de exercícios físicos habitualmente utilizados, bem como interpretar e avaliar as respostas fisiológicas em dependência de algumas das características individuais do praticante	Fisiologia do exercício <ul style="list-style-type: none">• Sistema cardiorespiratório<ul style="list-style-type: none">- Estrutura e organização- Volumes e capacidades pulmonares• Sistema endócrino e termorregulação<ul style="list-style-type: none">- Organização e resposta ao exercício físico- Regulação hormonal no exercício Termorregulação e exercício
	Reconhecer princípios gerais de primeiros socorros e executar técnicas simples de socorristismo para controlar um cenário de acidente ou doença súbita	Noções básicas de socorristismo <ul style="list-style-type: none">• Conceitos genéricos• Sistema integrado de emergência médica• Exame da vítima• Alterações cardio-respiratórias• Choque• Hemorragias• Intoxicações• Alterações do estado de consciência• Efeitos do ambiente• Traumatismos músculo-esqueléticos• Lesões na pele e tecidos moles



Unidade de Formação

2. Gestão das organizações desportivas

Itinerário
Gestão Desportiva

Saída Profissional
Técnico/a de Gestão Desportiva

Objectivos

- Identificar e potenciar o capital comunicacional da organização
- Reconhecer e utilizar o potencial humano da organização
- Identificar e utilizar as principais ferramentas de gestão administrativo-financeira

N.º / Duração	Subunidades de Formação Designação / Objectivos Específicos	Conteúdos programáticos
2.1. 175 horas	Gestão do potencial humano e comunicacional Identificar e aplicar as várias fases e etapas da negociação	Negociação <ul style="list-style-type: none">• A negociação<ul style="list-style-type: none">- Conceito/Definições práticas• A negociação empresarial<ul style="list-style-type: none">- Estilos de negociação- Auto-diagnóstico e sua análise- A relação entre os diferentes estilos• Abordagem prática da negociação<ul style="list-style-type: none">- Identificar oportunidades de negociar- A importância da atitude na negociação- Desenvolvimento da filosofia ganhar/ganhar- Etapas básicas do processo negocial
	Identificar os princípios e variáveis do marketing e reconhecer as suas variáveis de forma a implementar uma estratégia de <i>marketing</i>	Marketing no desporto <ul style="list-style-type: none">• Princípios e objectivos do <i>marketing</i><ul style="list-style-type: none">- Importância do <i>marketing</i>- Definição de <i>marketing</i>- O marketing no desporto- Sistema desportivo português- Orgânica do desporto nacional• Variáveis do <i>marketing</i><ul style="list-style-type: none">- O mercado- A segmentação do mercado- O consumidor- A pesquisa de mercado• O patrocínio e a estratégia global de <i>Marketing</i><ul style="list-style-type: none">- Definições- Questões fundamentais- Objectivos- O triângulo do Patrocínio- Tipos e categorias de patrocínio- Patrocinadores e media- Vantagens e desvantagens de patrocinar- Limitações do patrocínio- Planeamento, controlo e avaliação de acções- Classificação do patrocínio- Encontrar um patrocinador- Dimensões do patrocínio• Planear uma estratégia de marketing<ul style="list-style-type: none">- O que é uma estratégia- Auto-diagnóstico- Opções estratégicas• Elaborar actividades de marketing<ul style="list-style-type: none">- Categorias- Processo de planeamento



N.º / Duração	Subunidades de Formação Designação / Objectivos Específicos	Conteúdos programáticos
2.1.	Gestão do potencial humano e comunicacional Identificar a função e o papel das relações públicas no desporto	Relações públicas no desporto <ul style="list-style-type: none">• Função e papel das relações públicas<ul style="list-style-type: none">- Conceito de relações públicas- Organização das relações públicas- Tipologia das relações públicas- Aspectos sociais do trabalho de relações públicas• As relações públicas e a imprensa<ul style="list-style-type: none">- Como estabelecer contacto e relacionar-se com jornalistas- A conferência de imprensa- Como redigir uma comunicação- Quando enviar a comunicação- Como organizar uma sessão de fotografias• A entrevista na rádio• A entrevista na televisão• Etapas de um plano/programa de actividades de relações públicas• Fases de uma campanha de relações públicas
	Identificar os mecanismos de acção da publicidade, bem como os meios de divulgação	Publicidade e meios <ul style="list-style-type: none">• A publicidade<ul style="list-style-type: none">- Código da publicidade- Principais restrições relativas ao conteúdo, ao objecto da publicidade e utilização dos média• A publicidade nos média<ul style="list-style-type: none">- Mecanismos de acção• A campanha publicitária<ul style="list-style-type: none">- Os actores e as suas funções- Etapas e responsabilidades de uma campanha• Articulação Marketing-Publicidade• Mensagens publicitárias<ul style="list-style-type: none">- O plano de trabalho criativo- A criação- Os pré-testes• Escolher os canais de comunicação<ul style="list-style-type: none">- A estratégia de média- O plano de média
	Identificar os aspectos fundamentais da gestão das equipas de trabalho, de forma a tirar o máximo partido das características individuais de cada elemento	Gestão do capital humano <ul style="list-style-type: none">• Bases fundamentais do conhecimento do grupo<ul style="list-style-type: none">- Conceito e características de grupo- Fases do desenvolvimento do grupo- Tipos de grupo- Influência do grupo sobre o indivíduo e a organização• O trabalho em equipa<ul style="list-style-type: none">- Vivências e funcionamento da equipa de trabalho- Coesão e conflito- A equipa e o trabalho- Liderança- Motivação- Condições de trabalho• A constituição e gestão de equipas de trabalho<ul style="list-style-type: none">- A importância da coesão e da comunicação nas equipas de trabalho- Técnicas e organização da equipa- Estrutura e liderança• Métodos e instrumentos de gestão de pessoal<ul style="list-style-type: none">- Gerir o efectivo (obrigações legais, mapas, etc)- Instrumentalizar a organização do trabalho- Ficheiros e mapas- A organização prática das tarefas e gestão do tempo do pessoal- Administrar e gerir as regalias sociais



Subunidades de Formação		Conteúdos programáticos
N.º / Duração	Designação / Objectivos Específicos	
175 horas	<p>2.2. Gestão administrativo - financeira</p> <p>Reconhecer e aplicar os princípios fundamentais do planeamento e da gestão estratégica</p>	<p>Planeamento e gestão</p> <ul style="list-style-type: none">• A gestão e a coordenação da actividade das organizações<ul style="list-style-type: none">- As organizações, combinações planeadas de recursos e meios- Os elementos fundamentais das organizações e os seus ambientes• A organização como um sistema complexo e a administração como actividade motora das organizações<ul style="list-style-type: none">- As organizações como sistemas complexos- As organizações e a sua interdependência- As empresas exemplos de organizações- O conceito de administração como actividade motora das organizações- A administração e as suas orientações- Noções de planeamento e controle de organizações• Abordagem de algumas ferramentas de gestão contemporâneas mais comuns<ul style="list-style-type: none">- Noções de Qualidade- Noções de Autoavaliação EFQM- Noções de <i>Balanced Score Cards</i>• Planeamento<ul style="list-style-type: none">- Objectivos e finalidades- Tipos e fases- Técnicas relacionadas com o planeamento• Gestão estratégica<ul style="list-style-type: none">- Organização- Passos para as empresas implantarem uma gestão estratégica- Vantagens de uma gestão de planeamento- Análise ambiental
	<p>Distinguir os vários conceitos e instrumentos necessários à elaboração e gestão de um orçamento</p>	<p>Gestão de orçamentos</p> <ul style="list-style-type: none">• Inventariação e calendarização<ul style="list-style-type: none">- Das despesas mensais previsionais- Das receitas mensais previsionais• Orçamentação e negociação<ul style="list-style-type: none">- Das despesas mensais previsionais- Das receitas mensais previsionais• Elaboração do orçamento mensal previsional• Acompanhamento do orçamento mensal previsional e medidas a adoptar de correcção dos desvios orçamentais
	<p>Identificar, interpretar e aplicar os principais aspectos e conceitos da contabilidade e da fiscalidade</p>	<p>Noções de contabilidade e fiscalidade</p> <ul style="list-style-type: none">• Contabilidade<ul style="list-style-type: none">- Funções da contabilidade- Divisões da contabilidade- Princípios contabilísticos e características da informação contabilística- A normalização contabilística e o POC• Ferramentas contabilísticas<ul style="list-style-type: none">- Lançamento- Razão- Património- Inventário- Demonstração de resultados- Balanço• Fiscalidade<ul style="list-style-type: none">- Princípios da fiscalidade- Noção de imposto- Classificação dos impostos- Tipos de imposto: IRS, IRC, IVA e imposto de selo



Unidade de Formação

3. Gestão de instalações, actividades e eventos desportivos

Itinerário
Gestão Desportiva

Saída Profissional
Técnico/a de Gestão Desportiva

Objectivos

- Distinguir e utilizar diferentes tipos de instrumentos e meios de divulgação e promoção de actividades desportivas
- Aplicar as diferentes técnicas de promoção e venda de produtos e serviços de carácter desportivo
- Reconhecer os princípios e a organização do Sistema Nacional de Protecção Civil
- Determinar as características dos espaços e instalações destinados à prática desportiva e estabelecer uma utilização optimizada

Subunidades de Formação		Conteúdos programáticos
N.º / Duração	Designação / Objectivos Específicos	
3.1. 150 horas	Organização e promoção de actividades e eventos desportivos Identificar e aplicar as regras básicas ao nível do planeamento e organização de actividades e eventos desportivos	Planeamento e organização de actividades e eventos desportivos <ul style="list-style-type: none">• Regras básicas de planeamento e organização<ul style="list-style-type: none">- Objecto do planeamento- Objectivos e alvos- Previsões e desvios- Análise contexto externo- Definição e selecção de estratégias- Avaliação- Planos de acção e orçamentos e controlo• Planejar e organizar eventos desportivos<ul style="list-style-type: none">- Objectivos- Modalidade / características da modalidade- Datas e local de realização- Condicionantes, características do local de realização (nº de adeptos, condições de segurança,...) equipas intervenientes, regras protocolares,...- Meios disponíveis- Plano de acção e controlo• Planejar e organizar actividades desportivas<ul style="list-style-type: none">- Objectivos- Modalidade / características da modalidade- Datas e local de realização- Condicionantes, características do local de realização (nº de adeptos, condições de segurança,...) equipas intervenientes, regras protocolares,...- Meios disponíveis- Plano de acção e controlo
	Identificar e aplicar as técnicas e instrumentos necessários à divulgação e promoção de actividades e eventos desportivos	Divulgação e promoção de actividades e eventos desportivos <ul style="list-style-type: none">• Técnicas e instrumentos de divulgação e promoção<ul style="list-style-type: none">- Caracterização das técnicas divulgação e promoção- Identificação e escolha dos instrumentos- Selecção dos meios de divulgação• Técnica de vendas<ul style="list-style-type: none">- Funções do vendedor- Competências do profissional de vendas- Competências de comunicação na venda- Etapas da venda- Controlo da venda• Angariação de patrocínios<ul style="list-style-type: none">- Formas ou modalidades de patrocínio- Formalização da proposta- Vantagens para o patrocinador



N.º / Duração	Subunidades de Formação Designação / Objectivos Específicos	Conteúdos programáticos
125 horas	<p>3.2. Gestão de espaços e operações</p> <p>Identificar e aplicar os princípios, normas e regras de segurança no decorrer de actividades e eventos desportivos</p>	<p>Segurança no desenvolvimento de actividades e eventos desportivos</p> <ul style="list-style-type: none">Introdução às noções de prevenção e segurança<ul style="list-style-type: none">Aspectos geraisTipologia das causas dos acidentesIdentificação de riscos frequentesPrevenção dos riscos<ul style="list-style-type: none">Medidas de prevençãoGestão da segurançaPlanos de emergênciaProcedimentos de emergência
	<p>Identificar a organização jurídica e operacional de protecção civil, e reconhecer o regulamento geral do corpo de bombeiros</p>	<p>Protecção civil e organismos socorro</p> <ul style="list-style-type: none">Serviço nacional de protecção civil<ul style="list-style-type: none">Organização jurídica e operacionalLei de Bases da Protecção CivilLei Orgânica do SNBPCSistema de luta contra incêndiosEstrutura da Liga dos Bombeiros PortuguesesRegulamento geral do corpo de bombeiros<ul style="list-style-type: none">Missão do Corpo de BombeirosOrganização do Corpo de BombeirosRegime Disciplinar
	<p>Distinguir os aspectos fundamentais inerentes à gestão de espaços e instalações desportivas</p>	<p>Gestão de espaços e instalações desportivas</p> <ul style="list-style-type: none">Rentabilização<ul style="list-style-type: none">CedênciaAluguerOptimização das actividades desenvolvidasOcupação do espaçoManutençãoProtecção e segurança das instalações
	<p>Identificar e aplicar os princípios da gestão de operações e da qualidade numa perspectiva de melhoria continua</p>	<p>Gestão de operações e qualidade</p> <ul style="list-style-type: none">Princípios da gestão de operaçõesEstratégia de operações<ul style="list-style-type: none">ProdutividadeCompetitividadeQualidade<ul style="list-style-type: none">ConceitoPrincípiosCustosControlo e garantiaSistemas de Gestão da Qualidade<ul style="list-style-type: none">Requisitos do sistemaRequisitos das normas



N.º / Duração	Subunidades de Formação Designação / Objectivos Específicos	Conteúdos programáticos
3.3. 100 horas	Actividades de animação desportiva Identificar os aspectos fundamentais do papel do animador desportivo e forma a planificar uma actividade desportiva tendo em conta os seus destinatários.	Actividades de animação desportiva <ul style="list-style-type: none">• Conceitos gerais• O perfil do animador• Objectivos de um programa de animação desportiva• As actividades de animação desportiva e as técnicas• Planificação das actividades<ul style="list-style-type: none">- Elaborar um plano- Definir objectivos- Definir responsabilidades / tarefas- Saber avaliar• Modalidades praticáveis por crianças e adolescentes<ul style="list-style-type: none">- Caracterização- Limitações e regras- Conceitos de higiene e segurança- Motivação- Metodologias e recursos• Modalidades praticáveis por idosos e deficientes<ul style="list-style-type: none">- Caracterização- Limitações e regras- Conceitos de higiene e segurança- Motivação- Metodologias e recursos



Objectivos

- Identificar e aplicar as manobras ofensivas e defensivas eficazes
- Distinguir e aplicar os vários esquemas e sistemas tácticos de jogo
- Realizar a integração instrumental no tempo e no espaço dos recursos do jogo, sua disposição e organização

N.º / Duração	Designação / Objectivos Específicos	Subunidades de Formação	
			Conteúdos programáticos
4.1. 25 horas	Acções técnicas e tácticas Identificar e aplicar as fases e movimentos alternativos que compõem uma acção individual de jogo ofensiva	Acções individuais ofensivas	<ul style="list-style-type: none">• Recepção da bola• Condução da bola• Protecção da bola• Drible (finta)• Simulação• Passe• Cabeceamento• Remate• Técnica de guarda-redes
	Identificar e aplicar as fases e movimentos alternativos que compõem uma acção individual de jogo defensiva	Acções individuais defensivas	<ul style="list-style-type: none">• O desarme• A intercepção• A carga• Técnica de guarda-redes
	Identificar e aplicar as acções tácticas colectivas ofensivas	Acções tácticas colectivas ofensivas	<ul style="list-style-type: none">• Desmarcação<ul style="list-style-type: none">- Apoio- Ruptura- Mista- Com trajectória circular• Combinações tácticas<ul style="list-style-type: none">- Directas- Indirectas• Esquemas tácticos ofensivos
	Identificar e aplicar as acções tácticas colectivas defensivas	Acções tácticas colectivas defensivas	<ul style="list-style-type: none">• Marcação<ul style="list-style-type: none">- Zona- Individual- Mista• Dobra• Esquemas tácticos defensivos



Subunidades de Formação		Conteúdos programáticos
N.º / Duração	Designação / Objectivos Específicos	
75 horas	4.2. Conteúdos físicos Identificar e aumentar a resistência à fadiga em condições de esforço continuado	Resistência <ul style="list-style-type: none">Resistência geral<ul style="list-style-type: none">AeróbiaAnaeróbitaResistência específica<ul style="list-style-type: none">Guarda-redesMédio centroMédio alaDefesa centralDefesa lateral
	Identificar a forma de diminuir o tempo de reacção ao estímulo	Velocidade <ul style="list-style-type: none">Reacção simples e reacção complexaExecuçãoDeslocamentoAgilidadeDestreza
	Identificação e aplicação das manifestações de força e sua adequação às situações	Força <ul style="list-style-type: none">Acelerar e travarAlternar distâncias curtasMudanças de direcção e sentidoFlexibilidade
	Identificar e desenvolver as capacidades perceptivas	Orientação espacial <ul style="list-style-type: none">Capacidade de observaçãoApreciação de trajectóriasCoordenação espaço-temporal
	Identificar e coordenar as reacções físicas de forma a responder a estímulos externos	Coordenação sensório-motora <ul style="list-style-type: none">LateralidadeEquilíbrioControlo motorRitmoTécnica de corridaCoordenação óculo-pedalCoordenação óculo-manualSensibilidade proprioceptiva do pé
25 horas	4.3. Princípios gerais e específicos do jogo Interpretar os princípios gerais do jogo	Princípios gerais do jogo <ul style="list-style-type: none">As leis do jogoNão permitir a inferioridade numéricaEvitar a igualdade numéricaProcurar a superioridade numérica
	Interpretar os princípios específicos do jogo	Princípios específicos do jogo <ul style="list-style-type: none">Princípios específicos do ataque<ul style="list-style-type: none">Progressão, cobertura ofensiva, mobilidade e espaçoPrincípios específicos da defesa<ul style="list-style-type: none">Contenção, cobertura defensiva, equilíbrio e concentração



Subunidades de Formação		Conteúdos programáticos
N.º / Duração	Designação / Objectivos Específicos	
75 horas 4.4.	Fases, métodos, modelo e sistema de jogo Identificar situações e fases específicas de jogo	Fases do jogo <ul style="list-style-type: none">• Com posse de bola<ul style="list-style-type: none">- Construção das acções ofensivas- Criação de situações de finalização- Finalização• Sem posse de bola<ul style="list-style-type: none">- Impedir a construção de acções ofensivas- Anular as situações de finalização- Defender a baliza
	Aplicar metodologias e sistemas de acção defensivos e ofensivos	Métodos de jogo <ul style="list-style-type: none">• Ofensivos<ul style="list-style-type: none">- Ataque rápido- Contra ataque- Ataque organizado• Defensivos<ul style="list-style-type: none">- Defesa à zona
	Identificar e realizar de forma integrada, acções pré-determinadas a partir de modelos de organização do jogo	Modelo de jogo <ul style="list-style-type: none">• Divisão do espaço de jogo<ul style="list-style-type: none">- Corredores laterais- Corredor central• Organização defensiva colectiva• Organização defensiva sectorial<ul style="list-style-type: none">- Corredor lateral- Corredor central• Organização defensiva intersectorial<ul style="list-style-type: none">- Sector ofensivo/ Sector do meio campo- Sector do meio campo/ Sector defensivo• Organização ofensiva intersectorial<ul style="list-style-type: none">- Sector defensivo/ Sector do meio campo (pelo corredor lateral/ pelo corredor central)- Sector do meio campo/ Sector ofensivo (pelo corredor lateral/ pelo corredor central)
	Distinguir os diferentes sistemas tácticos de organização do jogo	Sistemas de jogo <ul style="list-style-type: none">• 1:4:4:2 (losango)• 1:4:4:2 (com alas)• 1:3:5:2• 1:4:3:3 (com triângulo no meio campo)• 1:4:3:3 (com triângulo invertido no meio campo)• 1:3:4:3 Encaixe entre sistemas de jogo