



CIRCULAR Nº 096/23

ASSUNTO: Divulgação de Eventos

Odivelas, 16 de maio de 2023

Exmos. Senhores,

Vimos por este meio proceder à divulgação dos Eventos abaixo indicados:

→ Curso de árbitros e jovens árbitros 2023 - Associação Coimbra

→ Curso de Treinadores Grau I 2023 - Associação Lisboa

Com os nossos melhores cumprimentos e cordiais,

Saudações Desportivas
O Presidente da F.P.J.

Joaquim Sérgio Pina



ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE COIMBRA

Fundada em 12 de Abril de 1978 – Membro da Federação Portuguesa de Judo

CONT N° 501 877 495

CURSO DE ÁRBITROS E JOVENS ÁRBITROS

Organização:

Associação Distrital de Judo de Coimbra

Local:

Hotel D. Luís (sessões teóricas)

Sala de Judo do Estádio Cidade de Coimbra (sessões práticas)

Datas:

8, 9 e 10 de Junho de 2023

Horários:

- 8 de Junho: 9h - 13h (teórico), 14h - 19h (prático) e 20h – 22h (teórico)
- 9 de Junho: 20h – 23h (teórico)
- 10 de Junho: 9h - 13h (avaliação prática) e 14h - 16h (Avaliação teórica)

Requisitos para inscrição:

- Graduação de 2º Kyu
- 16 anos (14 anos para jovens árbitros)

Custo:

25€

Inscrições:

Até ao dia 2 de Junho de 2023 através do seguinte link:

<https://forms.gle/xmAksojdHEEsS2bo8>

Apoios:

Federação Portuguesa de Judo e Câmara Municipal de Coimbra



E-MAIL: secretaria@adjudocoimbra.com

APARTADO 4019 – 3030 COIMBRA



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 Endereço: www.adjudolisboa.pt

Facebook: www.facebook.com/adjudolisboa

CIRCULAR nº 026/23/DT

Lisboa, 16 de Maio de 2023

CIRCULAR

Curso de Treinadores de Judo Grau 1

O Curso de Treinadores de Judo – Grau 1, organizado pela ADJL, terá início no dia 02 de Junho de 2023, sendo constituído por 36 horas de formação geral (E-learning), 40 horas de formação específica da modalidade e 4 horas de formação complementar em Suporte Básico de Vida e DAE, seguindo-se a formação prática, um estágio com a duração mínima de 6 meses correspondente a uma época desportiva.

LOCAL de REALIZAÇÃO: Sala de Formação e Dojo do Colégio Salesianos de Lisboa (Praça S. João Bosco, 34, 1399-007 Lisboa).

DATAS PRESENCIAIS (Formação específica & formação complementar):

Sábado	Sábado	Domingo	Sábado	Domingo	Sábado	Domingo
01 de julho*	08 de julho**	09 de julho	15 de julho	16 de julho	22 de julho	23 de julho

*Excecionalmente este dia será realizado no Dojo do Jamor.

**Avaliação presencial da Componente Geral.

Nota: No caso de haver algum imprevisto, a ADJL reserva-se ao direito de calendarizar uma data extra para a solução do mesmo.

HORÁRIO: 09:00 – 18:45

MANHÃ	09:00 – 11:00 SESSÃO	11:00 – 11:15 INTERVALO	11:15 – 13:15 SESSÃO
TARDE	14:30 – 16:30 SESSÃO	16:30 – 16:45 INTERVALO	16:45 – 18:45 SESSÃO

(Almoço: 1h15min; Responsabilidade dos formandos)

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 Endereço: www.adjudolisboa.pt

Facebook: www.facebook.com/adjudolisboa

CONTEÚDOS:

FORMAÇÃO GERAL	Horas	Formador
Teoria e Metodologia do Treino Desportivo	12	Formação online através de uma plataforma e-learning no período de 02 de Junho de 2023 até 30 de Junho de 2023.
Pedagogia e Didática do Desporto	15	
Funcionamento do Corpo Humano, Primeiros Socorros e Antidopagem	5	
Desporto Adaptado	2	
Ética no Desporto	2	
TOTAL	36	
FORMAÇÃO ESPECÍFICA	Horas	Formador
História do Judo	3	Prof. Luís Dias
Arbitragem	3	Prof. Carolina Costa
Metodologia do Treino de Judo	6	Prof. Tiago Lopes
Organização e Regulamentação	5	Eng. Paulo Esteves Prof. Luís Dias
Prática Pedagógica	3	Prof. Nelson Brás
Técnica Katas	4	Prof. Fernando Seabra
Técnica Base	10	Prof. Nuno António
Técnica Competição	6	Prof. João Rodrigues
TOTAL	40	
FORMAÇÃO COMPLEMENTAR	Horas	Formador
Suporte Básico de Vida & Desfibrilhador Automático Externo	4	Clube Reanimação Cardiorrespiratória

REQUISITOS do CANDIDATO:

- Idade mínima: 18 anos (feitos até 31 de Dezembro 2023);
- Graduação mínima: 1º Dan (à data de conclusão do estágio – Março 2023)
- Escolaridade mínima obrigatória: 9º ano;
- Licença Federativa 2023 revalidada;
- O Candidato terá de apresentar o Local (Clube) para a realização do seu Estágio Prático (6 meses), sob orientação de um “Tutor de Estágio” de competência mínima **Treinador de Judo de**

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



Federação Portuguesa
de Judo



www.fatosdejudo.com



Gnosies
[WWW.GNOSIES.PT](http://www.gnosies.pt)



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 Endereço: www.adjudolisboa.pt

Facebook: www.facebook.com/adjudolisboa

Grau I, sendo de preferência o clube onde está revalidado (cada Tutor poderá no máximo ter 5 treinadores estagiários);

- Caso o candidato não possua local para estagiar, poderá, em último caso, solicitar o apoio da ADJL para o efeito, que desenvolverá todos os esforços para a sua concretização. No entanto, a responsabilidade final será, sempre, do candidato.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO

- É considerado APTO, o aluno que transitar com nota igual ou superior a 9,5 valores, em todas as disciplinas do curso;
- Caso o aluno tenha até duas disciplinas, nota inferior a 9,5 valores, poderá repetir a avaliação dessas disciplinas em exame de 2ª época (a agendar com o Diretor de Curso). Se mesmo assim reprovar está excluído do curso;
- Para efeitos de conclusão do curso de treinadores com aproveitamento e posterior certificação, a assiduidade não pode ser inferior a 90% da carga horária do percurso formativo nas componentes de formação geral e específica.

INSCRIÇÕES (data limite: 24h00 do dia 31 de Maio de 2023)

- Nº mínimo de formandos: 10 / Nº máximo de formandos: 30;
- Enviar os formulários em anexo devidamente preenchidos, para secretaria@adjudolisboa.pt;
- Inscrição apenas é contabilizada, apresentando comprovativo de transferência (50% do total);
- Anexar Comprovativo de Transferência (com 1º e último 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;

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 Endereço: www.adjudolisboa.pt

Facebook: www.facebook.com/adjudolisboa

PAGAMENTO:

- Taxa de Inscrição: 375,00€
- Pagamento via transferência (NIB: 0010 0000 9092 0480 0027 6), ou pagamento por Multibanco nas instalações da ADJL;
- Poderá pagar o valor total no ato de inscrição, ou 50% (187,5€) do total no ato de inscrição e os restantes 50% até dia 30 de Junho de 2023, sob pena de exclusão do curso.

PARA MAIS INFORMAÇÕES:

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

O Gabinete Técnico

Luís Dias

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



Federação Portuguesa
de Judo



www.fatosdejudo.com



Gnosies
WWW.GNOSIES.PT