

# FICHA\_REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO COMPLEMENTAR

 ENTIDADE PROPONENTE **Federação Portuguesa de Artes Marciais Israelitas**

 FORMAÇÃO COMPLEMENTAR DE **Krav Maga**

 GRAU **II**

 UNIDADE DE FORMAÇÃO **Específica**

 COMPONENTE PRÁTICA: **10** horas

 COMPONENTE TEÓRICA: **8** horas

 TOTAL DE HORAS: **18**

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO				FORMADORES	
1. Organização e gestão	DURAÇÃO			NOME	HABILITAÇÕES (ACADÉMICAS E PROFISSIONAIS)
	CP: -	CT: 1h			
1.1. O planeamento de atividades 1.2. Criação, filiação e gestão de um clube de praticantes				Prof. Vítor Martins	- Presidente e Diretor Técnico FPAMI - Licenciado em Desporto e Educação Física – Faculdade de Desporto Universidade do Porto - Krav Maga Master Instructor – Telaviv University Sports Center - Diretor Nacional PROTECT – Israeli Security Solutions

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO				FORMADORES	
2. Tática e estratégia no Krav Maga	DURAÇÃO			NOME	HABILITAÇÕES (ACADÉMICAS E PROFISSIONAIS)
	CP: 3h	CT: 1h			
2.1. Combate assimétrico e agressores múltiplos (armados e desarmados) 2.2. Treino de cenário e análise de incidentes.				Prof. Vítor Martins	- Presidente e Diretor Técnico FPAMI - Licenciado em Desporto e Educação Física – Faculdade de Desporto Universidade do Porto - Krav Maga Master Instructor – Telaviv University Sports Center - Diretor Nacional PROTECT – Israeli Security Solutions

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					FORMADORES		
3. Currículo técnico	DURAÇÃO				NOME	HABILITAÇÕES (ACADÉMICAS E PROFISSIONAIS)	
	CP:	7h	CT:	3h			
<b>3.1. Fundamentos técnicos específicos de combate</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>3.1.1. Defesas e contra ataques simultâneos em combate:               <ul style="list-style-type: none"> <li>3.1.1.1. Corpo a corpo</li> <li>3.1.1.2. Mãos nuas vs arma cortante / perfurante</li> <li>3.1.1.3. Mãos nuas vs arma contundente</li> <li>3.1.1.4. Arma cortante / perfurante vs arma cortante / perfurante</li> <li>3.1.1.5. Arma contundente vs arma contundente</li> </ul> </li> <li>3.1.2. Ataques dissimulados               <ul style="list-style-type: none"> <li>3.1.2. Derrubes, projeções e varrimentos</li> </ul> </li> <li>3.1.3. “Karka” combate no solo: técnicas, princípios e estratégias</li> </ul>					Prof. Vítor Martins		- Presidente e Diretor Técnico FPAMI - Licenciado em Desporto e Educação Física – Faculdade de Desporto Universidade do Porto - Krav Maga Master Instructor – Telaviv University Sports Center - Diretor Nacional PROTECT – Israeli Security Solutions
<b>3.2. Fundamentos técnicos específicos de defesa pessoal</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>3.2.1. Defesas contra agarres, estrangulamentos e prisões</li> <li>3.2.2. Defesas contra agressões no solo</li> <li>3.2.3. Defesas contra ameaças e ataques de arma cortante / perfurante</li> <li>3.2.4. Defesas contra ameaças e ataques de arma contundente</li> <li>3.2.5. Defesas contra ameaças de arma de fogo (curta e longa)</li> </ul>							
<b>3.3. Proteção de terceiros</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>3.3.1. Agressores armados em local público (active shooter): Estratégias de ação (fuga, barricada, combate)</li> <li>3.3.2. Prevenção e prestação de auxílio a vítimas</li> </ul>							
<b>3.4. Performance sob pressão</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>3.4.1. Aplicação e análise de conteúdo técnico sob pressão em:               <ul style="list-style-type: none"> <li>3.4.1.1. Espaço confinado e com obstáculos</li> <li>3.4.1.2. Contra agressores armados</li> <li>3.4.1.3. Contra agressores múltiplos</li> </ul> </li> </ul>							

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					FORMADORES	
4. <b>Pedagogia</b>	DURAÇÃO				NOME	HABILITAÇÕES (ACADÉMICAS E PROFISSIONAIS)
	CP:	-	CT:	3h		
4.1. O papel do treinador de Grau 2 e da Pedagogia na formação de praticantes no processo de desenvolvimento desportivo.					Prof. José Silva	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Licenciado em Educação Física e Desporto – Instituto Superior da Maia</li> <li>- Professor de Educação Física do Ensino Básico e Secundário (1999 – presente)</li> <li>- Experiência na formação de atletas (desporto escolar)</li> <li>- Diretor técnico e formador na empresa “Elemento Terra – Atividades de exploração da Natureza”</li> </ul>

Legenda: CP - Componente prática | CT - Componente teórica