

FICHA_REFERENCIAIS DE FORMAÇÃO COMPLEMENTAR.

ENTIDADE PROPONENTE Associação IKMF - APD

FORMAÇÃO COMPLEMENTAR DE **Krav Maga**

GRAU **I**

UNIDADE DE FORMAÇÃO Específica

COMPONENTE PRÁTICA: 6 horas

COMPONENTE TEÓRICA: 4 horas

TOTAL DE HORAS: 10

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO				FORMADORES	
HISTÓRIA DO KRAV MAGA	DURAÇÃO			NOME	HABILITAÇÕES (ACADÉMICAS E PROFISSIONAIS)
	CP:	0	CT:		
1. O Fundador - Imi Lichtenfeld 2. Legado do fundador (os seus alunos diretos e as suas respetivas organizações) 3. O “Berço” do Krav Maga e sua propagação pelo mundo 4. Evolução do sistema Krav Maga até atualidade 5. O sistema Krav Maga em Portugal				Joaquim Ângelo Mendes Santos	Diretor da IKMF PORTUGAL Presidente da Associação IKMF – APD Cédula para Orientação de Atividades Físicas e Desportivas – Instituto de Desporto e Juventude de Portugal Instrutor de Krav Maga Civil Instrutor de Krav Maga para Crianças Instrutor de Krav Maga para Senhoras Instrutor de Krav Maga Militar Instrutor de Krav Maga “Law Enforcement” Instrutor de Krav Maga “Swat” Instrutor de Krav Maga Proteção VIP Graduação Nível 3 da IKMF Israel Formação em Defesa dentro e fora de carros ministrada pela IKMF Formação em técnicas de defesa e ataque e ameaça de bastão ministrada pela IKMF Israel Formação em proteção VIP ministrada pela IKMF Israel

Legenda: CP - Componente prática | CT - Componente teórica

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO		FORMADORES		
PRINCÍPIOS E FUNDAMENTOS DO KRAV MAGA	DURAÇÃO		NOME	HABILITAÇÕES (ACADÉMICAS E PROFISSIONAIS)
	CP:	CT:		
	0	1	André Moreira faria	
1. Aplicações e benefícios do Krav Maga 2. Mentalidade do agressor (contexto, ataques e ameaças, diferentes tipos de ataques) 3. Prevenção de situações perigosas e Mentalidade/postura de vítima 4. Princípios das técnicas de defesa 6. Pontos vulneráveis 7. Comportamentos táticos 8. Linha de tempo de ação				Cabo da Guarda Nacional Republicana Instrutor de Krav Maga Civil Instrutor Krav Maga para Crianças Instrutor Krav Maga para Senhoras Faixa Azul de jiu-jitsu Brasileiro, 2 BROTHERS BFC-JJ International Trauma Life Support Basic Military Provider Course (ITLS-M) Curso de “Hostile Environmental Life Support”-Instituto de Estudos de Ciencias de la salud de Castilla y Leon (Escola de Urgencias y Emergencias de Castilla y Leon). Prolonged Field Care (PFC) European Union Police Services Training Course-Hostile Environment Security Training (Spanish Guardia Civil) Tactical Combat Casualty Care combined Provider Course (NAEMT-TCCC) Curso de Suporte Básico de vida e Desfibrilhador Automático Externo (SBV-INEM) Curso de Tripulante de Ambulância de Socorro (TAS-INEM) Curso de Formação Profissional na área da educação e formação de Curso de Reciclagem para Instrutores de Krav Maga Civil, certificado nº 5/2013 de acordo com o modelo publicado na portaria nº474/2010, (DGERT). Curso de Instrutor de Krav Maga Crianças Curso de formação de formadores de ABCDE ATLAS (Escola de Enfermagem Militar Holandesa) RedSWAT Advanced Police Training

Legenda: CP - Componente prática | CT - Componente teórica

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO					FORMADORES		
O TREINADOR DE GRAU I NO CONTEXTO DA PEDAGOGIA APLICADA AO DESPORTO	DURAÇÃO				NOME	HABILITAÇÕES (ACADÉMICAS E PROFISSIONAIS)	
	CP:	0	CT:	2			
1. O treino desportivo: um processo pedagógico e de ensino 2. Pedagogia e didática: duas faces da mesma moeda 3. As responsabilidades do Treinador de grau I 4. A filosofia do Treinador de grau I 5. O Treinador de grau I como referência e exemplo 6. O que é preciso para ser treinador de grau I? 7. Os suportes básicos de intervenção pedagógica 7.1. Competência 7.2. Organização de atividades 7.3. Definição de objetivos 7.4. Definição de regras de conduta 7.5. Ambientes adequados da prática 7.6. Comportamento reflexivo					Ricardo Carlos Duarte Espírito Santo		Mestrado em Treino Desportivo Variante de Alto Rendimento - Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias Licenciatura em Educação Física e Desporto - Universidade Lusófona de Humanidades e Tecnologias Aquisição de conhecimentos na área da suplementação em Miami nos <i>Headquarters</i> da BSN (<i>Bio-Engineered Supplements & Nutrition</i>) Formações contínuas nas áreas de fisiologia, anatomia, nutrição, suplementação, treino funcional, métodos de treino, musculação, pesos livres, treino para diabéticos e asmáticos, osteoporose, grávidas, alongamentos, resistência manual e curso de primeiros socorros - Holmes Place Curso de <i>personal trainer</i> – Holmes Place

Legenda: CP - Componente prática | CT - Componente teórica

SUBUNIDADES DE FORMAÇÃO/TEMAS E SUBTEMAS DE FORMAÇÃO				FORMADORES	
TÉCNICAS E TÁTICAS DO KRAV MAGA / CURRÍCULO TÉCNICO	DURAÇÃO			NOME	HABILITAÇÕES (ACADÉMICAS E PROFISSIONAIS)
	CP:	6	CT:		
<ol style="list-style-type: none"> 1. Posições 2. Posição Passiva 3. Posição Semi-passiva 4. Posição de Guarda/Combate 5. Murros diretos 6. Murros circulares (“ganchos”) 7. Murros verticais (“uppercut”) 8. Pontapé frontal 9. Pontapé lateral 10. Pontapé defensivo à retaguarda 11. Pontapé defensivo frontal 12. Defesas contra murros diretos 13. Defesas de “360º” (contra ataques circulares e contra ataques de faca circulares) 14. Defesas contra pontapés 15. Frontais 16. Defesas contra estrangulamentos 17. Frontal 18. Lateral 19. Por trás 20. Por trás com braço cruzado à frente do pescoço 21. Defesas contra agarres e chaves 22. Chave lateral ao pescoço 23. Agarre por trás (braços soltos e presos) 				André Moreira de Faria	<p>Cabo da Guarda Nacional Republicana Instrutor de Krav Maga Civil Instrutor Krav Maga para Crianças Instrutor Krav Maga para Senhoras Faixa Azul de jiu-jitsu Brasileiro, 2 BROTHERS BFC-JJ International Trauma Life Support Basic Military Provider Course (ITLS-M) Curso de “Hostile Environmental Life Support”-Instituto de Estudos de Ciencias de la salud de Castilla y Leon (Escola de Urgencias y Emergencias de Castilla y Leon). Prolonged Field Care (PFC) European Union Police Services Training Course-Hostile Environment Security Training (Spanish Guardia Civil) Tactical Combat Casualty Care combined Provider Course (NAEMT-TCCC) Curso de Suporte Básico de vida e Desfibrilhador Automático Externo (SBV-INEM) Curso de Tripulante de Ambulância de Socorro (TAS-INEM) Curso de Formação Profissional na área da educação e formação de Curso de Reciclagem para Instrutores de Krav Maga Civil, certificado nº 5/2013 de acordo com o modelo publicado na portaria nº474/2010, (DGERT). Curso de Instrutor de Krav Maga Crianças Curso de formação de formadores de ABCDE ATLAS (Escola de Enfermagem Militar Holandesa) RedSWAT Advanced Police Training</p>

Legenda: CP - Componente prática | CT - Componente teórica