



Diploma de Qualificação

Treinador de Desporto de Taekwondo – Grau I

Faz saber-se que Tomás Ferreira Fonseca nascido (a) em 28/11/2002, com o n.º de identificação 3009802, concluiu com aproveitamento, em 31 de Dezembro de 2021, o Curso de Treinadores de Taekwondo Grau I, com a duração de 632h, com a classificação de 16 valores.

Lisboa, 06 de Janeiro de 2022

Federação Portuguesa de Taekwondo



Abílio Carlos Fernandes Costa

Estrutura Curricular

Curso de Treinadores de Taekwondo – G I

Componente de Formação Geral

Unidades de Formação	Duração	Classificação
Didática do Desporto	8	15
Psicologia do Desporto	4	17
Pedagogia do Desporto	6	14
Aprendizagem e Desenvolvimento Motor	4	15
Observação e Análise das Habilidades Desportivas	4	16
Funcionamento do Corpo Humano, Nutrição e Primeiros Socorros	6	14
Teoria e Metodologia do Treino Desportivo	6	16
Luta contra a dopagem	2	19
Desporto para Pessoas com Deficiência	2	19

Componente de Formação Específica

Unidades de Formação	Duração	Classificação
Taekwondo I	22	18
História e Filosofia	4	15
Regras de Arbitragem: Combates e Formas	6	12
Taekwondo e Praticante Portador de Deficiência	8	14

Componente de Formação Prática (Estágio)

Unidades de Formação	Duração	Classificação
Estágio	550	18

Observações:

Curso reconhecido pela federação Portuguesa
De Taekwondo