



Capacitamos alunos para
alcançarem a excelência
académica e a inovação.

CURSO PROFISSIONAL

FALE CONNOSCO

Escola Secundária de Pinhal Novo
Rua Professor Henrique Barros
2955-090 Pinhal Novo
Tel.: 212363344

TÉCNICO DE DESPORTO

Nível 4 do Quadro Nacional de Qualificações



www.espinhalnovo.org



secretaria@espinhalnovo.org



Plano de Estudos | 3 anos

Componente Sociocultural	Português	320 h
	Inglês	220 h
	Área de Integração	220 h
	Educação Física	140 h
	TIC	100 h
Componente Científica	Matemática	200 h
	Estudo do Movimento	200 h
	Psicologia	100 h
Componente Tecnológica	Fundamentos do Desporto	300 h
	Modalidades Coletivas	175 h
	Modalidades Individuais	275 h
	Atividades Desportivas de Sala	350 h
Cidadania e Desenvolvimento		
Total de horas / Curso		3 200 h

SOBRE O CURSO

O **Técnico de Desporto** é o profissional qualificado apto a participar no planeamento, na organização e no desenvolvimento do treino de modalidades desportivas, individuais ou coletivas, bem como organizar e dinamizar atividades físicas e desportivas em contexto de ocupação de tempos livres, animação e lazer.

SAÍDAS PROFISSIONAIS

O **Técnico de Desporto** poderá exercer funções em:

- Entidades com atividades de animação socio desportiva e lazer;
- Clubes e associações desportivas, recreativas e de desenvolvimento local;
- Empresas de atividades desportivas, de turismo e lazer.

COMPETÊNCIAS PROFISSIONAIS

- Elaborar o plano anual de preparação em colaboração com os técnicos de grau superior responsáveis pela modalidade desportiva;
- Coadjuvar na preparação e organização das sessões de treino;
- Coadjuvar o técnico superior no aconselhamento aos praticantes na adoção de hábitos saudáveis e de cuidados de higiene na sua vida quotidiana;
- Organizar a participação e orientar os praticantes em competição e as sessões de treino com vista ao aperfeiçoamento dos praticantes na modalidade desportiva, promovendo o cumprimento das regras da modalidade e das regras de disciplina, com supervisão de um técnico de grau superior;
- Participar na conceção e implementação de programas de atividades físicas e desportivas em contexto de animação e de ocupação de tempos livres;
- Participar, sob supervisão de um técnico de grau superior, no planeamento e coadjuvar na implementação de atividades, individuais ou de grupo, de melhoria da aptidão física, no âmbito do treino desportivo e colaborar na avaliação dos resultados das sessões de treino em função da sua adequação aos objetivos estabelecidos.