

PNFT_PRÉ-REQUISITOS ESPECÍFICOS



MODALIDADE	GRAU	PRÉ-REQUISITOS ESPECÍFICOS
Atividades Subaquáticas	I	Realização, com aproveitamento, de prova técnica. Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)
Aikido	I	Graduação 1º Kyu.
Aikido	II	Graduação 1º Dan.
Artes Marciais Chinesas Qi Gong	I	Graduação de faixa negra segundo sistema oficial de graduações (federativo) ou Caso tenha a graduação de faixa negra segundo um sistema de graduações distinto do seguido na FPAMC, terá de apresentar um certificado emitido pela FPAMC reconhecendo esta graduação.
Artes Marciais Chinesas San Da	I	Graduação de faixa negra segundo sistema oficial de graduações (federativo) ou Caso tenha a graduação de faixa negra segundo um sistema de graduações distinto do seguido na FPAMC, terá de apresentar um certificado emitido pela FPAMC reconhecendo esta graduação.
Artes Marciais Chinesas Tai Ji	I	Graduação de faixa negra segundo sistema oficial de graduações (federativo) ou Caso tenha a graduação de faixa negra segundo um sistema de graduações distinto do seguido na FPAMC, terá de apresentar um certificado emitido pela FPAMC reconhecendo esta graduação.
Artes Marciais Chinesas Wushu Kungfu	I	Graduação de faixa negra segundo sistema oficial de graduações (federativo) ou Caso tenha a graduação de faixa negra segundo um sistema de graduações distinto do seguido na FPAMC, terá de apresentar um certificado emitido pela FPAMC reconhecendo esta graduação.

Badminton	II	<p>Currículo Desportivo como praticante:</p> <p>a) Ser ou ter sido atleta federado durante 6 anos e ter obtido um ranking final de temporada igual ou superior a 10º classificado no escalão sub-19 ou em seniores categoria C (ou equivalente) em singulares</p> <p>ou</p> <p>b) Ser ou ter sido atleta federado durante 6 anos e ter obtido um ranking final de temporada igual ou superior a 15º classificado em seniores categoria Elite (ou equivalente)</p> <p>ou</p> <p>c) Ser ou ter sido atleta federado durante 6 anos e ter obtido um ranking final de temporada igual ou superior a 5º classificado no escalão sub-19 ou em seniores categoria C (ou equivalente) em pares homens/senhoras</p> <p>ou</p> <p>d) Ser ou ter sido atleta federado durante 6 anos e ter obtido um ranking final de temporada igual ou superior a 8º classificado em seniores categoria Elite (ou equivalente)</p> <p>ou</p> <p>e) Ser ou ter sido atleta federado durante 6 anos e ter obtido um ranking final de temporada igual ou superior a 3º classificado no escalão sub-19 ou em seniores categoria C (ou equivalente) em pares mistos</p> <p>ou</p> <p>f) Ser ou ter sido atleta federado durante 6 anos e ter obtido um ranking final de temporada igual ou superior a 4º classificado em seniores, categoria Elite (ou equivalente).</p> <p>ou</p> <p>Realização, com aproveitamento, de prova técnica. Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)</p>
Basquetebol	I	<p>Jogador ou ex-jogador federado de basquetebol com 3 anos de prática efetiva</p> <p>ou</p> <p>Realização, com aproveitamento, de uma prova técnica Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)</p>
Canoagem	I	<p>Realizar um percurso de 50m de natação (estilo livre), respeitando os tempos mínimos definidos: Homens – 55’’/ Mulheres – 60’’</p>
Dança Desportiva	I	<p>Comprovativo de praticante na categoria de Adultos-Open (10 danças) durante um mínimo de 2 anos (comprovativo emitido pela FPDD com base em CV). Caso seja praticante de apenas 5 danças, deve fazer as provas técnicas das restantes 5 danças</p> <p>ou</p> <p>Realização, com aproveitamento, de prova técnica. Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)</p>

Desportos de Inverno Esqui Alpino	I	Atletas federados que tenham obtido uma pontuação inferior a 500 pontos em competições internacionais da FIS Ou Realização, com aproveitamento, de prova técnica. Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)
Desportos de Inverno Snowboard	I	Realização, com aproveitamento, de prova técnica. Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)
Equitação Geral	I	<ol style="list-style-type: none"> 1. Possuir, pelo menos, licença de praticante e seguro desportivo válidos. 2. Ter participado em provas federadas em, pelo menos, duas épocas desportivas. 3. Comprovar a participação em 4 provas federadas de nível 1,00 m, com resultado final máximo de 8 pontos, em cada prova. 4. Ter aproveitamento no exame de admissão ao curso, com provas equivalentes ao exame de Sela 7 para Praticantes Gerais, a realizar com o cavalo a utilizar no curso Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade) 5. Meios equestres de suporte: Ter um cavalo aprovado no exame de admissão.
	II	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ter aproveitamento no exame de admissão ao curso - Prova de Ensino equivalente à do exame de sela 9 para praticantes gerais com mínimo 55%, a realizar com o cavalo E. 2. Prova Hunter equivalente à do exame de sela 9 para praticantes de equitação geral, com nota positiva, a realizar com o cavalo O. 3. Prova Cross – Percurso de nível de iniciação com 8 saltos, numa distância não superior a 800 metros 4. Meios equestres de suporte: No mínimo, um cavalo aprovado no exame de admissão para Dressage (E) e outro cavalo aprovado no exame de admissão para as disciplinas obstáculos e CCE (O/C).

	III	<ol style="list-style-type: none"> 1. Ter participado, como mínimo, num total de 3 concursos em provas de, nas duas épocas anteriores à de realização do curso: <ol style="list-style-type: none"> a. Dressage de nível médio, ou superior; b. Saltos obstáculos de 1.10; c. CCE nível preliminar com resultado qualificativo. 2. Ter aproveitamento no exame de admissão ao curso, em duas provas (Prova de Ensino equivalente à do exame de sela 9 para praticantes de ensino mínimo 55% a realizar com o cavalo ensino (E) e Prova Hunter equivalente à do exame de sela 9 para praticantes de equitação geral, com nota positiva, a realizar com o cavalo O/C. 3. Meios equestres de suporte: No mínimo, um cavalo aprovado no exame de admissão para Dressage (E) e outro cavalo aprovado no exame de admissão para as disciplinas obstáculos e CCE (O/C) e um cavalo poldro 4/5 anos, destinado ao ensino elementar.
Golfe	I	<ol style="list-style-type: none"> 1. Registo de Handicap igual ou inferior a 18,4. 2. Participação numa competição de golfe de 36 buracos (18+18) na modalidade de “Stableford”, a realizar pela FPG, cumprindo um mínimo agregado de 32 pontos Gross.
	II	<ol style="list-style-type: none"> 1. Registo de Handicap igual ou inferior a 12,4. 2. Participação numa competição de golfe de 36 buracos (18+18) na modalidade de “Stableford”, a realizar pela FPG, cumprindo um mínimo agregado de 44 pontos Gross.
	III	<ol style="list-style-type: none"> 1. Registo de Handicap igual ou inferior a 9,4. 2. Participação numa competição de golfe de 36 buracos (18+18) na modalidade de “Stableford”, a realizar pela FPG, cumprindo um mínimo agregado, de 52 pontos Gross.
Judo	I	Graduação 1º Dan.
	II	Graduação 2º Dan.
	III	Graduação 3º Dan.
Ju-Jitsu	I	Graduação mínima de 1º Kyu
Karate	I	Graduação 1º Dan.
Kempo	I	Graduação igual ou superior a 2Kyu em Kempo

Kempo	II	Graduação igual ou superior a 1Duan em Kempo.
Motonáutica	I	Possuir carta de marinheiro.
Natação	I	Realização, com aproveitamento, de prova técnica. Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)
Orientação	I	Experiência competitiva na modalidade, no mínimo de dois anos.
Padel	I	Pré-Requisitos de execução técnica. Os candidatos devem dominar tecnicamente todos os gestos técnicos do Padel. Devem também em exercício de lançamento de bolas, alcançar 50% (5 de 10) de acerto na colocação de bolas para a execução de: a) Direita com parede b) Esquerda com parede c) Direita com vidro lateral d) Esquerda com vidro lateral e) Duplo vidro que abre f) Duplo vidro que fecha
Patinagem Hóquei Patins	I	Ser ou ter sido praticante de Hóquei Patins ou Realização, com aproveitamento, de prova técnica. Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)
Patinagem Patinagem Artística	I	Ser ou ter sido praticante de Patinagem Artística ou Realização, com aproveitamento, de prova técnica. Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)
Patinagem Patinagem de Velocidade	I	Ser ou ter sido praticante de Patinagem de Velocidade ou Realização, com aproveitamento, de prova técnica. Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)
Pentatlo Moderno	I	Ser ou ter sido praticante de Pentatlo Moderno ou Realização, com aproveitamento, de prova técnica. Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)

Petanca	I	Um ano como praticante federado (em organismo nacional ou estrangeiro) ou Realização, com aproveitamento, de prova teórica, da responsabilidade da FPP, sobre a constituição de equipas de Petanca e regras básicas do jogo.
Rugby	I	Conclusão dos PRÉ REQUISITOS e-learning que se seguem: <ul style="list-style-type: none"> • 1- Rugby Ready - https://rugbyready.worldrugby.org/?language=en • 2 – Coaching Introduction to coaching Key factor analysis Functional role analysis Coaching Children - https://coaching.worldrugby.org/?page=158 • 3 – Laws of the Game (Leis do Jogo) - http://laws.worldrugby.org/ • 4 – First Aid in Rugby - https://playerwelfare.worldrugby.org/firstaidinrugby • 5 – Concussion Management for the General Public - https://playerwelfare.worldrugby.org/?documentid=module&module=21
Surf Surfing	I	- Currículo desportivo relevante na modalidade <ul style="list-style-type: none"> • Atleta federado com participação nas competições nacionais esperanças sub18 e sub16, classificado no 16 primeiros lugares; ou <ul style="list-style-type: none"> • Atleta federado com participação nos circuitos open, por 5 ou mais anos, classificado no 16 primeiros lugares; ou <ul style="list-style-type: none"> • Atleta federado com participação nos circuitos open e esperanças, que cumulativamente correspondam a 5 ou mais anos, classificado no 16 primeiros lugares; ou <ul style="list-style-type: none"> • Atleta federado pertencente à seleção nacional; ou <p>- Cumprimento dos pré-requisitos técnicos definidos (aprovação na prova prática)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ponto de partida na praia; • Sem prancha e com barbatanas ou com uma prancha à escolha; • Deslocamento controlado na água, respeitando as correntes, passar a rebentação até chegar ao line-up; • Entrada controlada na onda (0,5 a 1m), com potencial e a rebentar; • Deslizar para a direita ou para a esquerda, descendo e subindo a onda e executando no mínimo duas manobras de nível intermédio; • Terminar a viagem na onda, voluntaria e controladamente; • Regressar à praia.

<p>Surf Bodyboard</p>	<p>II</p>	<p>Para ter acesso ao curso é necessário comprovar cumulativamente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Comprovar o exercício de 1 ano de prática como treinador de surfing, depois de estar na posse do TPTD de Grau I. <ol style="list-style-type: none"> a. A comprovação do exercício da função é feita através do documento identificador do local, onde exerceu a prática como treinador, emitido por parte da entidade empregadora, devendo este ser assinado pelo diretor técnico dessa entidade, sendo válido apenas e quando este tiver Grau II Treinador (ou Grau I com autonomia no período de transição). 2. Comprovar a capacidade física e técnica para salvamento no meio aquático, feita de forma optativa, através de uma das seguintes opções: <ol style="list-style-type: none"> a. Documento emitido pela Instituto de Socorros a Náufragos (título de Nadador Salvador para o decorrente ano); b. Aprovação na prova efetuada pela FPS/Entidade formadora, a pedido do candidato; <ol style="list-style-type: none"> i. Caracterização da prova: <ol style="list-style-type: none"> (1) Teste prático em piscina de 25 metros, com zona mais funda com um mínimo de 2 metros de profundidade. Realiza em piscina 100 metros em nado ventral em menos de 2'50". (2) Realiza em piscina 400 metros em nado ventral em menos de 9'30". (3) Recolhe sem equipamento adicional, 3 objetos submersos a uma profundidade de 2 metros afastados cerca de 2 metros entre si. (4) Em propulsão subaquática realiza 20" de apneia. (5) Demonstra uma técnica de salvamento. 3. Comprovar a capacidade técnica para prática do bodyboard, feita de forma optativa, através de uma das seguintes opções: <ol style="list-style-type: none"> a. Documento emitido pela FPS comprovando o ranking de bodyboarder federado, pelo menos durante 5 anos; b. Aprovação na prova efetuada pela FPS/Entidade formadora, a pedido do candidato; i. Caracterização da prova: <ol style="list-style-type: none"> (1) Ponto de partida na praia; (2) Com prancha de bodyboard; (3) Deslocamento controlado na água, respeitando as correntes, passar a rebentação até chegar ao line-up; (4) Realizar num máximo de 10 minutos, duas ondas pontuáveis; (5) Deslizar para a direita ou para a esquerda, realizando no mínimo dois bottom turns e dois top turns, terminando a viagem na onda de uma forma controlada (sem cair); (6) Regressar à praia. ii. Condições especiais de realização da prova: <ol style="list-style-type: none"> 1. Material a utilizar é da responsabilidade do/a candidato/a. iii. Avaliação (processo e critérios): <p>A prestação não pode evidenciar erros técnicos graves, de acordo com critérios de julgamento, para competições oficiais;</p> iv. Perfil do avaliador: <ol style="list-style-type: none"> 1. Treinador com TPTD de Bodyboard Grau II, ou superior; ou 2. Juiz da FPS nível A ou B
---------------------------	-----------	--

<p>Surf Surf</p>	<p>II</p>	<p>Para ter acesso ao curso é necessário comprovar cumulativamente:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. O exercício de 1 ano de prática como treinador de surf, depois de estar na posse do TPTD de Grau I. <ol style="list-style-type: none"> a. A comprovação do exercício da função é feita através do documento identificador do local, onde exerceu a prática como treinador, emitido por parte da entidade empregadora, devendo este ser assinado pelo diretor técnico dessa entidade, sendo válido apenas e quando este tiver Grau II Treinador (ou Grau I com autonomia no período de transição). 2. A capacidade física e técnica para salvamento no meio aquático, feita de forma optativa, através de uma das seguintes opções: <ol style="list-style-type: none"> a. Documento emitido pela Instituto de Socorros a Náufragos (título de Nadador Salvador para o decorrente ano); b. Aprovação na prova efetuada pela FPS/Entidade formadora, a pedido do candidato; <ol style="list-style-type: none"> i. Caracterização da prova: <ol style="list-style-type: none"> (1) Teste prático em piscina de 25 metros, com zona mais funda com um mínimo de 2 metros de profundidade. Realiza em piscina 100 metros em nado ventral em menos de 1'50". (2) Realiza em piscina 400 metros em nado ventral em menos de 9'30". (3) Recolhe sem equipamento adicional, 3 objetos submersos a uma profundidade de 2 metros afastados cerca de 2 metros entre si. (4) Em propulsão subaquática realiza 20" de apneia. (5) Demonstra uma técnica de salvamento. 3. A capacidade técnica para prática do surf, feita de forma optativa, através de uma das seguintes opções: <ol style="list-style-type: none"> a. Documento emitido pela FPS comprovando o ranking de surfista federado, pelo menos durante 5 anos; b. Aprovação na prova efetuada pela FPS/Entidade formadora, a pedido do candidato; i. Caracterização da prova: <ol style="list-style-type: none"> (1) Ponto de partida na praia; (2) Com prancha de surf; (3) Deslocamento controlado na água, respeitando as correntes, passar a rebentação até chegar ao line-up; (4) Realizar num máximo de 10 minutos, duas ondas pontuáveis; (5) Deslizar para a direita ou para a esquerda, realizando no mínimo dois bottom turns e dois top turns, terminando a viagem na onda de uma forma controlada (sem cair); (6) Regressar à praia. ii. Condições especiais de realização da prova: <ol style="list-style-type: none"> 1. Material a utilizar é da responsabilidade do/a candidato/a. iii. Avaliação (processo e critérios): iv. A prestação não pode evidenciar erros técnicos graves, de acordo com critérios de julgamento, para competições oficiais; v. Perfil do avaliador: <ol style="list-style-type: none"> 1. Treinador com TPTD de Surf Grau II, ou superior; ou 2. Juiz da FPS nível A ou B.
----------------------	-----------	--

Taekwondo	I	Graduação 1º Dan.
	II	Graduação 2º Dan.
	III	Graduação 3º Dan.
Tênis	I	Jogador ou ex-jogador federado de Tênis, ou Realização, com aproveitamento, de prova técnica. Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)
	II – III	Realização, com aproveitamento, de prova técnica. Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)
Tiro com Armas de Caça	I	Licença de Tiro Desportivo.
Vela Kiteboard	I	1. Ser detentor de carta de navegador de recreio válida. 2. Praticante de kiteboard há pelo menos dois anos, com aproveitamento na realização da prova técnica Descrição da prova (Contatar a Federação da modalidade)
Vela Vela	I	1. Ser detentor de Carta de Navegador de Recreio válida. 2. Dominar competências básicas de navegação à Vela, a serem atestadas pela entidade formadora, através de 2 vias possíveis: a) Realização, com aproveitamento, de prova técnica (Teste prático padronizado, segundo modelo proposto pela F.P.V.) b) Reconhecimento e validação de competências de navegação à Vela, diretamente pela F.P.V., mediante currículo desportivo na modalidade.
	II	1. Ser detentor de Carta de Navegador de Recreio válida. 2. Ter competido, enquanto velejador, em provas de Vela que atribuam títulos de âmbito nacional ou provas de seleção para campeonatos internacionais, comprovando a sua participação através de currículo desportivo na modalidade.
	III	Ser detentor de Carta de Navegador de Recreio válida.
Xadrez	II	Ter atingido alguma vez rating ELO(FIDE) de 1900 ou efetuar um teste escrito de 2 horas sobre finais, tática, meio-jogo e aberturas com nota final superior ou igual a 75%