CLUBE DESPORTIVO ESCOLA BÁSICA E SECUNDÁRIA DE SANTA CRUZ

FORMAÇÃO CREDITADA

(Unidades de créditos atribuídas em formação contínua geral para renovação do Título Profissional de Treinador)

Clube Desportivo Escola Básica e Secundária de Santa Cruz (CDEBSSC) irá desenvolver, no próximo mês de Julho 2016, um conjunto de duas formações de carácter geral, devidamente creditadas pelo Instituto Português de Desporto e Juventude (IPDJ), para efeitos de renovação do título profissional de treinador de desporto, subordinadas aos temas “Alimentação do Desportista” e “Primeiros Socorros”.

Público-alvo:

- Técnicos de Desporto de associações regionais, clubes desportivos, de modalidade;
- Professores e estudantes de Educação Física;
- Profissionais de diversas áreas com interesses no sector Desportivo;
- Outros agentes desportivos (praticantes, encarregados de educação, etc.).

Módulo 1 – ALIMENTAÇÃO DO DESPORTISTA

- 11 e 15 de (2ª e 6ª feira, respetivamente) das 09:30 às 13:30;
- 8 Horas de Formação - 1.6 Unidades de Crédito (atribuídas em formação contínua geral para renovação do Título Profissional de Treinador);
- Código da ação (IPDJ): 21667469

Formador: Manuel Gabino Gouveia Rodrigues - Licenciatura em Ciências da Nutrição. Mestrando em Segurança Alimentar e Saúde Pública. Pós-graduado em Segurança Alimentar e Saúde Pública. Licenciatura em Nutrição e Engenharia Alimentar.

Objetivos:

1. Capacitar os formandos com conhecimentos teóricos sobre a temática;
2. Desenvolver competências práticas no âmbito da alimentação do desportista;
3. Contribuir para a tomada de consciência da importância do conhecimento dos hábitos de alimentação saudáveis, de forma a poder contribuir de forma mais adequada e rentável perante o desenvolvimento do processo de treino.

Conteúdos Temáticos:

Alimentação, como deve ser concebida. Aspectos em que difere a alimentação do desportista; Planeamento alimentar e refeição antes e pós-treino; Recomendações da OMS; Metabolismo energético; Água, Hidratação e análise de águas; Desidratação; Análise de rotulagem; Suplementação.

Módulo 2 – PRIMEIROS SOCORROS

- 13 e 14 de Julho (4ª e 5ª feira, respetivamente) das 09:30 às 13:30;
- 8 Horas de Formação - 1.6 Unidades de Crédito (atribuídas em formação contínua geral para renovação do Título Profissional de Treinador);
- Código da ação (IPDJ): 21667461

Formador: António Ricardo Ferreira João - Bombeiro de 2º Classe nos Bombeiros Municipais de Santa Cruz – Certificado de Aptidão Profissional nº F612903/2013 – Curso de Formação Inicial de Formadores.

Objetivos:

1. Capacitar os formandos com conhecimentos teóricos sobre a temática;
2. Desenvolver competências práticas no âmbito dos primeiros socorros;
3. Contribuir para a tomada de consciência da importância do conhecimento de primeiros socorros, de forma a poder intervir de forma mais adequada e rentável perante alguma situação que surja durante a prática desportiva.

Conteúdos Temáticos:

Conceitos básicos de socorrismo; Fases do SIEM (Sistema Integrado de Emergência Médica); A segurança sempre em primeiro lugar quando socorrer; Traumatologia; Abordagem a uma vítima de trauma; Epilepsia / Convulsões; Fraturas; Hemorragias / controlo de hemorragias; Compressão manual direta e Indireta; Obstrução da via aérea; PLS (Posição Lateral de Segurança); Suporte Básico de Vida no adulto, criança e bebé.

CONDIÇÕES DE PARTICIPAÇÃO

Valores do investimento

- Módulo 1 – Alimentação do Desportista – Inscrição – 12,00 euros;
- Módulo 2 – Primeiros Socorros – Inscrição – 12,00 euros;
- Para inscrições feitas nos dois módulos o valor será de 20,00 euros.
-

Inscrições/contatos poderão ser efetuados através de:

Formulário de Inscrição:

http://docs.google.com/forms/d/1tcGPEIZZJG9pbP0EEG_W658SCFQ3fykKPVZKWfm4Li0/edit

- **Transferência Bancária para - IBAN: PT50-0038-0016-00726781771-89 - SANTANDER TOTTA (antigo BANIF)**

Site da Escola B.S. Santa Cruz: <http://escolas.madeira-edu.pt/ebsscruz>

E-mail CDEBSSC: cdebssc@hotmail.com

Facebook CDEBSSC: <http://pt-br.facebook.com/cdebssantacruz>

Coordenador: 964371090 - Miguel Vieira

Nota: As inscrições só serão validadas após o envio do comprovativo de pagamento (transferência bancária), acompanhado da sua respetiva identificação, para o e-mail: cdebssc@hotmail.com.