

# Curso Treinador Desporto | Futebol - Grau I

## PROGRAMA DE FORMAÇÃO

Neste documento, poderá encontrar as principais informações sobre o curso pretendido, nomeadamente a duração, área temática, enquadramento, destinatários, objetivos, estrutura programática, modalidade de formação, forma de organização da formação, perfil dos formadores, recursos materiais e pedagógicos necessários, avaliação da aprendizagem, assiduidade e certificação, revogação e caducidade do título, documentos obrigatórios e critérios de seleção e preço.

### 1. NOME

Curso de Treinador de Futebol – Grau I

Certificado pelo IPDJ - Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P, no âmbito do Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT).

### 2. DURAÇÃO

Componente Geral (41h)

Componente Específica (100h)

Estágio - equivalente a uma época desportiva (550h)

### 3. ÁREA E FORMAÇÃO EDUCAÇÃO

813 – Desporto

### 4. ENQUADRAMENTO

A Lei nº 40/2012 de 28 de Agosto estabelece o regime de acesso e exercício da actividade de treinador de desporto, traduzindo-se, neste sentido, numa actividade regulamentada. Segundo o ponto 1, do artigo 18º, do capítulo IV, da respectiva lei, *“é ilegal o exercício da actividade de treinador de desporto previsto nos artigos 11º a 14º por quem não seja titular do respectivo título profissional válido ou não exerça essa actividade nos termos do disposto nos nº3 e 4 do artigo 5º, podendo o profissional ser interdito de exercer essa actividade em território nacional pelo período máximo de dois anos, a par da condenação pela prática de ilícito contra-ordenacional”*.

As contra-ordenações pelo exercício da actividade de treinador de desporto por quem não seja titular do respectivo título profissional é punível com coima entre 1500€ e 2500€ (Capítulo IV, artigo 20º, ponto 2). A instrução dos processos de contraordenação referidos na presente lei compete ao IDPJ, I.P.

### 5. DESTINATÁRIOS

Todos aqueles que pretendem obter o título profissional de treinador de futebol, correspondente à base hierárquica de qualificação profissional do treinador desportivo, grau I, devidamente certificado pelo IPDJ, no âmbito do Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT).

### 6. OBJECTIVO GERAL

O Grau I corresponde à base hierárquica de qualificação profissional do treinador desportivo. Compete ao treinador de futebol grau I, conduzir directamente as actividades técnicas elementares associadas às fases iniciais da actividade ou carreira dos praticantes ou a níveis elementares de participação competitiva.

## 7. OBJECTIVOS ESPECÍFICOS

No final do curso, os formandos deverão ter adquirido as seguintes competências:

- Utilizar técnicas e estratégias de comunicação em função das necessidades contextuais.
- Organizar os praticantes, o equipamento e as infra-estruturas na sessão de treino, assegurando as necessárias condições de segurança.
- Dirigir os praticantes na sessão de treino, assegurando o exercício das competências de ensino fundamentais (explicação, demonstração, observação e correcção).
- Avaliar o treino dos praticantes, analisando as atitudes, os comportamentos e os resultados alcançados.
- Organizar competições não formais, criando condições de equidade de participação e valorizando o gosto pela modalidade e pelo espírito desportivo.
- Organizar e orientar os praticantes na preparação e na realização da competição, assegurando as condições de segurança e a salvaguarda dos mais elevados valores éticos da prática desportiva.
- Avaliar os praticantes e a equipa em competição, analisando as atitudes, os comportamentos e os resultados alcançados.
- Participar na concepção do planeamento da actividade de treino e de competição.
- Participar no recrutamento de praticantes para a prática da modalidade desportiva.
- Promover o registo de toda a informação da unidade de treino e da competição pertinente para a monitorização da actividade desportiva do praticante.
- Aplicar técnicas elementares de primeiros socorros e de suporte básico de vida e de identificar os estados traumáticos que justificam o recurso a agentes especializados.

## 8. ESTRUTURA PROGRAMÁTICA

O curso de treinador de futebol – Grau I encontra-se organizado por unidades de formação agregadas em Componentes de formação.

As componentes de formação devem ser ministradas sequencialmente, privilegiando, o desenvolvimento das unidades de formação da componente geral, seguindo-se as da componente da formação específica.

A componente da formação prática (estágio) somente pode ser realizada após a obtenção de aproveitamento nas restantes componentes de formação.

### COMPONENTE GERAL

Unidades de Formação	Teóricas	Práticas	Total
Didática do Desporto	8	0	8
Psicologia do Desporto	4	0	4

Pedagogia do Desporto	6	0	6
Aprendizagem e desenvolvimento motor	4	0	4
Observação e Análise das habilidades desportivas	3	1	4
Funcionamento do corpo humano, nutrição e primeiros socorros	4	2	6
Teoria e Metodologia do Treino Desportivo	6	0	6
Luta contra a dopagem	2	0	2
Desporto para pessoas com deficiência	1	0	1
<b>Total</b>			<b>41</b>

#### COMPONENTE ESPECÍFICA

Unidades de Formação	Teóricas	Práticas	Total
Técnico-tática	14	16	30
Capacidades motoras em futebol	12	10	22
Metodologias do treino de futebol	9	6	15
Psicologia aplicada ao futebol	9	6	15
Arbitragem e leis do jogo	12	0	12
Gestão e organização do futebol	5	1	6
<b>Total</b>			<b>100</b>

**Nota:** Às 100h curriculares indicadas na componente específica, será acrescentada 1 hora destinada ao esclarecimento do treinador no mercado de trabalho e ao enquadramento da Sapienta Sports na estrutura de formação no futebol.

#### ESTÁGIO

(Uma época desportiva, equivalente a 550 horas)

O estágio deverá ser realizado numa entidade desportiva cuja equipa acolhedora intervenha com praticantes enquadrados em atividades, visando o sucesso desportivo, através de um escalão etário próprio, ou com sobre-classificação legal, num ambiente competitivo formal, expresso em campeonatos, torneios ou concentrações desportivas instituídas de modo regular e validados por organização representativa da modalidade inserida no sistema desportivo, os quais:

- Promovam, regularmente e dirijam a nível nacional e distrital/regional a prática do futebol;
- Tenham como principal objeto da sua atividade o ensino e a prática do mesmo;
- Consagrem regulamentação específica da modalidade;
- Assumam o estrito respeito pelas Leis do Jogo do Futebol aprovadas pelo IFAB e respeite a regulamentação da FIFA e da UEFA.

O estágio será preferencialmente realizado em competições de futebol 7 ou com número inferior de jogadores, nomeadamente num dos diferentes escalões inferiores de juniores de competições das associações distritais e regionais ou nos escalões femininos juniores e seniores das mesmas associações.

#### 9. METODOLOGIA DE FORMAÇÃO

As metodologias de formação abrangem métodos e técnicas diversificadas, adequados às características dos formandos e ao grau do curso, privilegiando-se os métodos ativos, no sentido de facilitar a capacidade de autonomia, iniciativa, trabalho em equipa, análise crítica, resolução de problemas e aprendizagem ao longo da vida, capacidades indispensáveis à actividade do treinador de futebol Grau I, decorrentes da constante adaptação a novas realidades no treino desportivo.

Nas aulas práticas, é obrigatória a participação de todos os formandos, devendo estes ser portadores de equipamento desportivo adequado à prática. A dispensa das aulas só será possível mediante justificação médica, sob pena de haver lugar à falta injustificada.

Os formandos que apresentem qualquer lesão ou impedimento físico não são dispensados da presença nas aulas, nomeadamente das práticas, ainda não possam participar na execução prática dos exercícios.

Os casos excepcionais serão analisados e decididos pela Direção.

#### 10. MODALIDADE DE FORMAÇÃO

Outra formação não inserida no Catálogo Nacional de Qualificações.

#### 11. FORMA DE ORGANIZAÇÃO DA FORMAÇÃO

Formação Presencial

#### 12. PERFIL DOS FORMADORES

A execução da ação de formação será assegurada por Formadores que, estando devidamente certificados ao abrigo da legislação em vigor – portadores de Certificado de Competências Profissionais (CCP) –, disponham de conhecimentos teóricos e práticos aprofundados sobre os conteúdos.

- Habilitações académicas ou formação profissional comprovada na unidade de formação da respectiva componente geral ou específica e mediante os requisitos técnicos aprovados pelo IPDJ.

#### 13. RECURSOS MATERIAIS E PEDAGÓGICOS NECESSÁRIOS

No que respeita às instalações e equipamentos necessários ambos os recursos serão identificados e solicitados, se for o caso, através da Ficha de Espaços e equipamentos, os quais foram validados pelo IPDJ na Plataforma PRODesporto.

De acordo com as necessidades detetadas ao nível de recursos a utilizar pelos formadores estas serão solicitadas pelo mesmo.

#### 14. AVALIAÇÃO DA APRENDIZAGEM

##### AVALIAÇÃO GLOBAL

A avaliação sumativa global, por componente formativa, por unidade formativa e por tarefa de avaliação será realizada na escala de 0 a 20. A reprovação numa unidade formativa de uma componente formativa implica automaticamente a reprovação nessa componente. A fórmula a aplicar para a classificação final será a seguinte:

### Classificação final\*

$$CL = \frac{(\text{Formação geral} \times 2 + \text{Formação específica} \times 3 + \text{Estágio} \times 2)}{7}$$

7

\*Esta classificação é arredondada às décimas, não podendo ser inferior a 10 valores.

#### a) COMPONENTE GERAL

A classificação final desta componente resultará da ponderação das seguintes unidades de formação:

Unidades de Formação	Ponderação
Didática do Desporto	8
Pedagogia do Desporto	6
Funcionamento do Corpo Humano, Nutrição e Primeiros Socorros	6
Teoria e Metodologia do Treino Desportivo	6
Psicologia do Desporto	4
Aprendizagem e Desenvolvimento Motor	4
Observação e Análise das habilidades desportivas	4
Luta contra a dopagem	2
Desporto para pessoas com deficiência	1

A classificação final da formação geral poderá representar-se assim:

$$FG = (DD \times 8) + (PED \times 6) + (FCH \times 6) + (PSIC \times 4) + (ADM \times 4) + (OAx4) + (LCD \times 2) + DPD \quad 41$$

#### b) COMPONENTE ESPECÍFICA

A classificação final desta componente resultará da ponderação das diferentes unidades de formação:

Unidades de Formação	Ponderação
Técnico-Tática + Metodologia Treino de Futebol (TT/MTF)	7
Capacidades Motoras de Futebol (CM)	3
Psicologia Aplicada ao Futebol (PAF)	2
Arbitragem e Leis do jogo (ALJ)	1
Gestão e organização do futebol (GOF)	1

A classificação final da formação específica poderá representar-se assim:

$$FE = \frac{(TT/MTF \times 7) + (CM \times 3) + (PAF \times 2) + (ALJ \times 1) + (GOF \times 1)}{14}$$

**Notas a reter na avaliação prática da componente específica:**

- A avaliação prática de Metodologia do Treino de futebol + Técnico-tática – a realizar no terreno do jogo assenta na prática simulada e visa a aferição de conhecimentos a competências dos formandos enquanto treinadores, nomeadamente no domínio técnico e na organização e condução do treino. Para o efeito, cada formando tem de operacionalizar uma ação específica de treino com uma duração máxima de 15 minutos. O formando apenas tomará conhecimento desta ação, que terá de operacionalizar, 15 minutos antes de a executar.
- A classificação da avaliação prática das unidades formativas TT/MTF será expressa deste modo:

$$\text{Classificação TT/MTF} = \frac{\text{teste} + (\text{exame prático} \times 2)}{3}$$

**C) ESTÁGIO**

- O treinador estagiário está sujeito a um coordenador de estágios da Mediática e a um tutor da entidade acolhedora do estágio, a quem cabe apoiá-lo no seu desenvolvimento profissional, este último prioritariamente designado pelo clube de acolhimento do estágio ou, em caso de impossibilidade deste, de escolha do próprio formando, sempre com o acordo da Mediática.
- A classificação final desta componente resultará da ponderação, que se apresenta, dos diferentes elementos de avaliação:

Elementos de Avaliação	Ponderação
Desempenho no exercício concreto da função	6
Caderno do treinador	3
Relatório de estágio	1

A classificação final do estágio poderá representar-se assim:

$$\text{Classificação do Estágio} = \frac{(\text{Desempenho} \times 6) + (\text{Caderno} \times 3) + (\text{Relatório} \times 1)}{10}$$

**15. ACOMPANHAMENTO E AVALIAÇÃO DA FORMAÇÃO**

O acompanhamento à formação é contínuo, quer no local da formação sob a figura do formador, quer ao nível da coordenação pedagógica e da direcção técnica do curso.

No decorrer da formação existirá pelo menos uma avaliação por unidade de formação, por parte dos formandos, através da aplicação de um questionário.

No final de cada unidade de formação também será avaliada pelo formador.

Os formadores serão avaliados no final de cada módulo, também através a aplicação de um inquérito ao seu desempenho.

Observação do Comportamento do Formando - A entidade formadora vai promover ao longo da formação a observação do comportamento do formando, através de ficha própria, tendo em atenção os parâmetros participação, responsabilidade, relações interpessoais e pontualidade. Caso o formador considere não adequado o comportamento de algum formando nos parâmetros referidos deverá comunicar fazer o registo da ocorrência em ficha própria – Ficha de Registo de Ocorrências – e comunicar de imediato a situação à coordenação.

Formas de Avaliação Recomendada:

Disciplinas/Unidades de formação	Formas de avaliação recomendadas
Didática do Desporto (DD)	Elaboração de trabalhos com temas previamente definidos e implicando pesquisa. Teste oral e/ou escrito. Análise e interpretação de situações reais no contexto infanto-juvenil. Análise e interpretação crítica de textos selecionados.
Psicologia do Desporto (Psic)	Trabalho grupo/individual (Análise/discussão casos). Teste oral e/ou escrito.
Pedagogia do Desporto (PedD)	Iguais às da Didática do Desporto.
Aprendizagem e Desenvolvimento Motor (ADM)	Teste escrito.
Observação e Análise das Habilidades Desportivas (OA)	Teste escrito. Trabalho grupo/individual: <ul style="list-style-type: none"> <li>. planejar observação atividade técnica, promover correções e elaborar relatório sobre exercício</li> <li>. planejar observação de competição e elaborar um relatório sobre exercício</li> <li>. planejar, observar e descrever atividade tática, observar competição e elaborar relatório</li> </ul>



Funcionamento do Corpo Humano, Nutrição e Primeiros Socorros (FCH)	Teste escrito. Avaliação prática de simulação da execução das manobras de suporte básico de vida.
Teoria e Metodologia do Treino Desportivo (TM)	Trabalho grupo/individual com temas definidos e implicando pesquisa. Teste oral e/ou escrito.
Luta contra a Dopagem (LCD)	Teste escrito.
Desporto para Pessoas com Deficiência (DPD)	Teste prático: simulação de sessão de treino (integração de pessoa com deficiência, adaptação ao contexto e sessão de treino).

Disciplinas/Unidades de formação	Formas de Avaliação
Metodologia do Treino do Futebol	Teste escrito ou oral, Teste escrito e avaliação prática.
Técnico-Tática	Teste escrito, Avaliação prática, Relatório de análise de jogo.
Capacidades Motoras do Futebol	Teste escrito, Trabalho individual, Avaliação prática.
Psicologia Aplicada ao Futebol	Teste escrito, Análise e discussão de casos práticos, Trabalho de grupo.
Arbitragem e Leis de Jogo	Teste escrito.
Gestão e Organização do Futebol	Teste escrito.

## 16. ASSIDUIDADE E CERTIFICAÇÃO

### ASSIDUIDADE

O número mínimo de presenças é de 90% da carga horária total de cada uma das componentes de formação.

#### a) Componente Geral

Carga horária	Faltas possíveis
41 horas	4 horas



### b) Componente específica

É obrigatória a presença em **todas** as disciplinas/ unidades de formação. No entanto, na globalidade, da componente, poderão ausentar-se 10% da carga horária total:

Carga horária	Faltas possíveis
100 horas	10 horas

### c) Estágio

Constituído por 550 horas ( uma época desportiva), 64 das quais dedicadas à orientação das sessões de treino.

Os formandos que excederam o limite de faltas definido serão considerados excluídos da correspondente componente formativa do curso.

### CERTIFICAÇÃO

A conclusão dos cursos de treinadores de futebol – Grau I - , com aproveitamento depende da obtenção da avaliação sumativa positiva ( Nota igual ou superior a 10 com arredondamento à décima) em todas as componentes de formação.

As classificações finais são lançadas em pautas de avaliação que devem estar disponíveis, para consulta pública, nomeadamente no sítio da internet da entidade.

#### Documentos de certificação de competências:

No que se refere à certificação de competências, o formando terá direito a:

#### DIPLOMA DE QUALIFICAÇÃO (DQ) – EMITIDO PELA ENTIDADE FORMADORA

Documento comprovativo da conclusão com aproveitamento do curso de treinador de futebol – Grau I

#### CERTIFICADO DE QUALIFICAÇÕES (CQ) – EMITIDO PELA ENTIDADE FORMADORA

Documento comprovativo da conclusão com aproveitamento das unidades de formação correspondentes a cada componente de formação do curso de Treinador de futebol – Grau I. Este documento é emitido apenas quando o formando não conclui o curso.

#### TPTD – TÍTULO PROFISSIONAL DO TREINADOR DE DESPORTO – FUTEBOL – GRAU I

Com a conclusão com aproveitamento de todas as componentes de formação do curso e a emissão do respectivo diploma de qualificações (DQ) estão reunidas para se proceder ao pedido de emissão do título profissional do treinador, processo realizado individualmente pelo próprio, online, através da plataforma electrónica PRODesporto.

O TPTD é o documento oficial obrigatório para o exercício da actividade de treinador, sendo emitido em formato digital. A responsabilidade da emissão do TPTD é do Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P.

#### 17. REVOGAÇÃO E CADUCIDADE DO TÍTULO

O título profissional caduca sempre que o seu titular não frequente com aproveitamento, no período de cinco

anos, ações de formação contínua, ministradas pela federação desportiva titular do estatuto de utilidade pública desportiva ou por entidade formadora certificada para o efeito.

## 18. DOCUMENTOS OBRIGATÓRIOS E CRITÉRIOS DE SELECÇÃO

### Documentos obrigatórios:

Ficha de inscrição, devidamente assinada pelo candidato e Certificado de Habilitações.

### CrITÉRIOS de Seleção:

a) Cada candidato deverá cumprir cumulativamente os seguintes requisitos:

- Idade mínima de 18 anos.
- Escolaridade obrigatória (Em função ano de nascimento do candidato):

Escolaridade mínima obrigatória (de acordo com a legislação em vigor)	
4 anos	Para indivíduos nascidos até 31 de Dezembro de 1966
6 anos	Para indivíduos nascidos entre 1 de Janeiro de 1967 e 31 de Dezembro de 1980
9 anos	Para indivíduos nascidos entre 01-01-1981 a 31-12-2002
12 anos	Para indivíduos nascidos a partir de 01-01-2003 e/ou que se inscreveram no ano lectivo de 2009/2010, no 1º e no 2º ciclo do ensino básico, ou no 7º ano de escolaridade.

b) O pagamento da taxa de inscrição, no valor de 15€;

c) Após verificação das condições de inscrição previstas na alínea a) e b) do ponto 17, desta ficha de curso e, caso o número de inscrito exceda o número máximo de trinta candidatos, serão aplicados, dando prioridade ao percurso desportivo dos candidatos como praticantes de futebol, os seguintes critérios de selecção por ordem decrescente:

1. Jogador Internacional "A" da Seleção Portuguesa;
2. Jogador da I Liga profissional ou competição equivalente;
3. Jogador da II Liga profissional ou competição equivalente;
4. Jogador internacional sub-21;
5. Jogador internacional sub-20;
6. Jogador(a) internacional júnior;
7. Jogador da II Divisão Nacional ou competição equivalente;
8. Jogador da III Divisão Nacional ou competição equivalente;
9. Jogadora do campeonato Nacional de futebol feminino (e ex-I Divisão feminina);
10. Jogador dos Campeonatos de Seniores de Associações de futebol;

11. Jogador do campeonato nacional de juniores “A! I Divisão;
  12. Jogadora do Campeonato de promoção futebol feminino ( e ex-II Divisão feminina);
  13. Jogador(a) dos restantes campeonatos nacionais juniores;
  14. Jogador (a) dos restantes campeonatos Juniores das Associações de futebol;
  15. Jogador (a) de Futsal; 16. Restantes candidatos.
- d) Quando na ordenação dos candidatos se verificar a existência de empate pontual entre dois ou mais candidatos, os critérios de desempate serão, sucessivamente, o número de épocas desportivas realizadas e a ordem de entrada da candidatura na Mediática.

#### 19. PREÇO

O pagamento relativo ao Curso de Treinador de Futebol – Grau I deverá ser realizado através de Transferência Bancária de acordo com os preços abaixo:

##### **Pronto pagamento**

Pagamento num total de 770€

##### **Por Componente**

210€ | Componente Geral

460€ | Componente Específica

150€ | Estágio

Perfazendo um total de 820€