

DISTRIBUIÇÃO: ASSOCIAÇÕES REGIONAIS E DEMAIS AGENTES DESPORTIVOS

ASSUNTO: INSCRIÇÕES – CURSO DE TREINADORES DE ANDEBOL DE GRAU 3 – 2021

1. ORGANIZAÇÃO

O **CURSO DE TREINADORES DE ANDEBOL DE GRAU 3 - 2021** é organizado pela Federação Andebol de Portugal

2. CALENDARIZAÇÃO E ESTRUTURA CURRICULAR

2.1. CALENDARIZAÇÃO

O Curso de Treinadores de Andebol de Grau 3 decorre entre DEZEMBRO DE 2021 A SETEMBRO DE 2022. **O Curso tem um total de 196h.**

COMPONENTE GERAL

- **03 janeiro a 31 de março 2022 – Online**

COMPONENTE ESPECÍFICA

- **Online – 28 de dezembro 2021 a 9 de julho de 2022 – Sábados das 9h00 as 13h00.**
- **Presencial - 18 a 24 de julho 2022 – Internato – 9h00 as 22h00**

As datas apresentadas poderão sofrer alterações por diretrizes da DGS devido à Pandemia Mundial.

2.2. ESTRUTURA CURRICULAR

Unidade de Formação	Carga Horária
COMPONENTE GERAL	
U.F. 3 - TRAUMATOLOGIA DO DESPORTO	2H
U.F. 4 - ANTIDOPING	2H
U.F. 5 - FISILOGIA DO DESPORTO	12H
U.F. 6 - PSICOLOGIA DO DESPORTO	10H
U.F. 7 - NUTRIÇÃO NO DESPORTO	4H
U.F. 8 - BIOMECÂNICA DO DESPORTO	8H
U.F. 10 - GESTÃO E ORGANIZAÇÃO DO DESPORTO	8H
U.F. 11 - SEMINÁRIOS TEMÁTICOS	8H
COMPONENTE ESPECÍFICA	
A1 - ENQUADRAMENTO INICIAL	13H30m
A2 - PLANEAMENTO	30H30m
A3 - COMPONENTES DO JOGO	33H
A4 - MÉTODOS E SISTEMAS DE JOGO	40H
A5 - ÁREA CONDICIONAL/COORDENATIVA	15H
A6 - ÁREA PSICOLOGIA/PEDAGOGIA	10H30m
A7 - ÁREA DO CONHECIMENTO TEÓRICO	8H30m
A1 - ENQUADRAMENTO INICIAL	13H30m

3. CANDIDATURA

O Curso Funcionará com um número mínimo de 15 inscrições e um máximo de 24 candidatos.

Podem candidatar-se a frequentar o Curso de Treinador de Grau 3 todas as pessoas de ambos os sexos que, cumulativamente, preencham as seguintes condições:

- a) **Idade mínima 21 anos;**
- b) **Título Profissional de Treinador/a de Desporto da Modalidade de Grau II;**
- c) **Desempenho efetivo de 1 ano ou uma época desportiva com a duração mínima de 6 meses;**
- d) **Escolaridade mínima obrigatória, em função da data de nascimento;**

Escolaridade mínima obrigatória (de acordo com a lei) em função dos candidatos:

- 4º ano - Para indivíduos nascidos até 31/12/1966.
- 6º ano - Para indivíduos nascidos entre 01/01/1967 e 31/12/1980.
- 9º ano - Para indivíduos nascidos entre 01/01/1981 e 31/12/2002.
- 12º ano - Para indivíduos nascidos a partir de 01/01/2003 e/ou que se inscreveram no ano letivo de 2009/2010, no 1º e no 2º ciclo do ensino básico, ou no 7º ano de escolaridade.

4. CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

- a) Candidatos que comprovem, que na época 2021/22, estejam a exercer a função de treinador principal numa equipa que esteja a participar na PO.02, PO.10, PO.04 (apresentando uma declaração assinada pelo Presidente da entidade contratante)
- b) Candidatos que não foram selecionados para o curso de Grau 3 2020 por excesso de candidaturas e comunicaram interesse em frequentar o curso em 2021.
- c) Candidatos que tenham sido treinadores, nas últimas 3 épocas, nas categorias de Seniores (Femininos ou Masculinos) ou Sub – 17 Femininos e Sub 20 masculinos.
- d) Análise do Currículo Desportivo.
- e) Treinadores que exercem funções no Corpo Técnico das Seleções Nacionais – (Selecionadores; DT Regionais).
- f) Casos excecionais serão analisados e decididos autorizadas pela Direção da FAP

5. INSCRIÇÕES

- **As inscrições terão início no dia 09 de Dezembro e terminam a 16 de Dezembro.**
- As inscrições serão unicamente via online, [AQUI](#).
- **É fundamental que preencha corretamente as informações solicitadas, nunca esquecendo de colocar o respetivo email.**
- **As candidaturas só serão válidas após a receção do comprovativo de PAGAMENTO DA TAXA DE CANDIDATURA (10€).**
- Após estar tudo confirmado (comprovativo de pagamento da taxa de candidatura documentos comprovativos), receberá um email a informar que a sua candidatura foi aceite.
- Será formalmente comunicado a cada candidato por e-mail, a aceitação ou não da sua inscrição no Curso, num prazo máximo de 5 dias úteis, após o fecho das inscrições.
- O curso só funcionará com um número mínimo de 15 candidaturas e máximo de 24, caso exceda este número, serão aplicados critérios de seleção por ordem decrescente.

6. TAXA DE INSCRIÇÃO

Taxa de inscrição é no valor 550€:

A taxa de inscrição inclui:

- Acesso à totalidade do curso
- Licença durante 12 meses ao programa XPS organizer e 1 mês de Analyser.
- Manuais
- **Alimentação** - pequeno-almoço, almoço e jantar nas sessões presenciais em concentração (7 dias)
- **Estadia em quarto quádruplo** - regime de pequeno-almoço nas sessões presenciais em concentração (6 noites)
- Seguro
- Diploma e Certificado de habilitações.

7. PAGAMENTO

O pagamento da taxa de inscrição pode ser realizado na totalidade (Pagamento na totalidade, desconto de 10%) ou em parcelas:

1. 1ª Parcela - No ato da inscrição – 200€ (após a confirmação de inscrição no curso)
2. 2ª Parcela – 01 de fevereiro – 150€
3. 3ª Parcela – 01 de março – 100€
4. 4ª Parcela – 01 de abril – 100€

O pagamento deve ser efetuado através de Transferência Bancária:

IBAN PT 50 0018 2032 02498480020 77, Santander. Será importante que coloque o nome e sobrenome no comprovativo. (Atenção: só se confirmará a inscrição com a receção do comprovativo de pagamento com a identificação do Nome e NIF para o seguinte e-mail t.treinador@fpa.pt

***O NÃO CUMPRIMENTO DO PAGAMENTO NAS DATAS ESTIPULADAS, LEVARÁ À IMPOSSIBILIDADE DE CONTINUIDADE NA FREQUÊNCIA DO CURSO.**

Solicitamos às Associações Regionais que informem os seus clubes filiados deste Comunicado.

Lisboa, 10.12.2021

A DIREÇÃO

CURSO DE TREINADORES DE GRAU 3 - 2021

Regulamento do Curso

1 -ORGANIZAÇÃO

Conteúdo

1 -ORGANIZAÇÃO	1
2. CALENDARIZAÇÃO:	2
3. ESTRUTURA CURRICULAR.....	5
4. AVALIAÇÃO	6
5. ASSIDUIDADE.....	6
6. PAGAMENTO	7
7. GRAU PROVISÓRIO EM FORMAÇÃO	7

1. ORGANIZAÇÃO

O Curso de Treinadores de Grau 3 – 2021 é organizado pela Federação de Andebol de Portugal.

A responsabilidade de regulamentação do curso compete a Federação de Andebol de Portugal, através do seu Departamento de Formação, a quem compete verificar as respetivas condições de exequibilidade.

Os cursos realizam-se no âmbito do Programa Nacional *de* Formação de Treinadores, de acordo com o estipulado na Lei n.º 106/2019 de 06 de setembro.

Todo o processo será coordenado pelo Departamento de Formação da Federação e pela direção do curso.

2. CALENDARIZAÇÃO:

CALENDARIZAÇÃO DO CURSO DE TREINADORES DE ANDEBOL DE GRAU 3 - 2021 DECORRE ENTRE DEZEMBRO DE 2021 A SETEMBRO DE 2022.

2.1. COMPONENTE GERAL

- Online – 03 Janeiro a 15 de Março 2022

2.2. COMPONENTE ESPECÍFICA

- Online – 28 de dezembro 2021 a 9 de julho de 2022 – Sábados das 9h as 13h
- Presencial - 18 a 24 de julho 2022 – Internato – 9h00 as 22h00

CALENDARIZAÇÃO

UNIDADES	Total (h)	Calendarização	Horário	Formato
U.F. 4 - ANTIDOPING	2	3 JANEIRO a 31 MARÇO 2022	assíncrono	on-line
U.F. 5 - FISIOLOGIA DO DESPORTO	10	3 JANEIRO a 31 MARÇO 2022	assíncrono	on-line
U.F. 6 - PSICOLOGIA DO DESPORTO	10	3 JANEIRO a 31 MARÇO 2022	assíncrono	on-line
U.F. 7 - NUTRIÇÃO NO DESPORTO	4	3 JANEIRO a 31 MARÇO 2022	assíncrono	on-line
U.F. 8 - BIOMECÂNICA DO DESPORTO	8	3 JANEIRO a 31 MARÇO 2022	assíncrono	on-line
U.F. 9 - COACHING DO TREINO DESPORTIVO	8	3 JANEIRO a 31 MARÇO 2022	assíncrono	on-line
U.F. 10 - GESTÃO E ORGANIZAÇÃO DO DESPORTO	8	3 JANEIRO a 31 MARÇO 2022	assíncrono	on-line
2.3. TECNOLOGIA/ SOFTWARE - O XPS COMO FERRAMENTA DE TRABALHO Controlo do processo de preparação	2	28 de Dezembro 2021	21h00 - 23h00	on-line
2.3. TECNOLOGIA/ SOFTWARE - O XPS COMO FERRAMENTA DE TRABALHO Controlo do processo de preparação	2	29 de Dezembro 2021	20h00 - 22h00	on-line
1.1. O JOGO DE ANDEBOL SÉNIOR E DE FORMAÇÃO	1	29 de Dezembro 2021	22h-23h	on-line
1.2. DESENVOLVIMENTO DE ATLETAS A LONGO PRAZO	2,5	5 de fevereiro de 2022	10h-12h30	on-line
1.3. SER TREINADOR	3	12 de fevereiro de 2022	9h-12h	on-line
1.3. SER TREINADOR	2	19 de fevereiro de 2022	9h-11h	on-line
1.4. O TREINO	1	19 de fevereiro de 2022	11h-12h	on-line
2.1. FASES E ESTRUTURAS DO PLANEAMENTO	3	26 de fevereiro de 2022	9h-12h	on-line
2.1. FASES E ESTRUTURAS DO PLANEAMENTO	2,5	5 de março de 2022	9h-11h30	on-line
2.2. EXERCÍCIOS E JOGOS	4	12 de março de 2022	9h-13h	on-line
2.3. CONTROLO DO PROCESSO DE PREPARAÇÃO	2	19 de março de 2022	9h-11h	on-line
7.4. FORMAÇÃO CONTÍNUA	2	19 de março de 2022	11h-13h	on-line
3.1. FASES DO JOGO	4	26 de março de 2022	9h-13h	on-line
3.2. TÉCNICA E TÁTICA INDIVIDUAL	3	2 de abril de 2022	9h-12h	on-line
3.3. TÁTICA GRUPAL	3	9 de abril de 2022	9h-12h	on-line
3.4. GUARDA-REDES	3	16 de abril de 2022	9h-12h	on-line
4.1. TÁTICA COLETIVA OFENSIVA	3	23 de abril de 2022	9h-12h	on-line
4.1. TÁTICA COLETIVA OFENSIVA	3	30 de abril de 2022	9h-12h	on-line
4.2. TÁTICA COLETIVA DEFENSIVA	3	7 de maio de 2022	9h-12h	on-line
4.2. TÁTICA COLETIVA DEFENSIVA	3	14 de maio de 2022	9h-12h	on-line
4.3. OBSERVAÇÃO E ANÁLISE	3	21 de maio de 2022	9h-12h	on-line
5.1.1. CAPACIDADES COORDENATIVAS	1	28 de maio de 2022	9h-10h	on-line
5.1.2. TRABALHO CONDICIONAL GERAL E ESPECÍFICO - POTENCIAÇÃO	3	28 de maio de 2022	10h-13h00	on-line

5.1.3. TRABALHO CONDICIONAL NO RENDIMENTO	2	4 de junho de 2022	9h-11h	on-line
5.1.5. ESPECIFICIDADES DA MULHER ATLETA	2	4 de junho de 2022	11h-13h	on-line
5.1.4. AVALIAÇÃO E PRESCRIÇÃO DO TREINO CONDICIONAL	3	11 de junho de 2022	9h-12h	on-line
6.1. ASPETOS MENTAIS E EMOCIONAIS	1	18 de junho de 2022	9h-10h	on-line
6.2. DINÂMICAS DE GRUPO	1	18 de junho de 2022	10h-11h	on-line
6.3. O COACHING DO TREINADOR DE RENDIMENTO	1	18 de junho de 2022	11h-12h	on-line
6.4. PLURIDISCIPLINARIDADE E TREINO DESPORTIVO	1,5	25 de junho de 2022	9h-10h30	on-line
6.5. PEDAGOGIA	2	25 de junho de 2022	10h30-12h30	on-line
7.1. REGRAS DE JOGO E EVOLUÇÃO HISTÓRICA	2	2 de julho de 2022	9h-11h	on-line
7.2. TERMINOLOGIA E SIMBOLOGIA DO ANDEBOL	1	2 de julho de 2022	11h-12h	on-line
7.3. NUTRIÇÃO, SUPLEMENTAÇÃO E REPOUSO APLICADO ÀS ETAPAS AVANÇADAS	3,5	9 de julho de 2022	9h-12h30	on-line
BLOCO PRESENCIAL - Componente Específica	45	18 a 24 de Julho	09h – 22h00	Presencial

3. ESTRUTURA CURRICULAR

Estrutura Curricular

UNIDADES DE FORMAÇÃO	Carga Horária
COMPONENTE GERAL - 50h	
U.F. 4 - ANTIDOPING	2h
U.F. 5 - FISILOGIA DO DESPORTO	10h
U.F. 6 - PSICOLOGIA DO DESPORTO	10h
U.F. 7 - NUTRIÇÃO NO DESPORTO	4h
U.F. 8 - BIOMECÂNICA DO DESPORTO	8h
U.F. 9 - COACHING DO TREINO DESPORTIVO	8h
U.F. 10 - GESTÃO E ORGANIZAÇÃO DO DESPORTO	8h
Subtotal	50h
COMPONENTE ESPECÍFICA - 159h	
A1 - ENQUADRAMENTO INICIAL	11h30m
A2 - PLANEAMENTO	27h30m
A3 - COMPONENTES DO JOGO	33h
A4 - MÉTODOS E SISTEMAS DE JOGO	40h
A5 - ÁREA CONDICIONAL/COORDENATIVA	13h
A6 - ÁREA PSICOLOGIA/PEDAGOGIA	2H
A7 - ÁREA DO CONHECIMENTO TEÓRICO	10h30m
Subtotal	146h
Total Curso	196h

4. AVALIAÇÃO

4.1. Avaliação da Componente Geral

- De acordo com o definido pelos referenciais da componente geral
- Realização de Trabalhos individuais/Grupo, Teste escrito, assiduidade e participação.

4.2. Avaliação da Componente Específica

- Assiduidade e pontualidade do formando
- Relatórios/trabalhos definidas pelos formadores e Diretor do Curso
- Avaliação Prática (intervenção, no campo)
 - a) Observação de desempenho dos formandos
 - b) Apreciação da execução prática de tarefas, em ambiente simulado, ou em contexto real a realizar no terreno de jogo – assenta na prática simulada, e visa a aferição de nº conhecimentos e competências dos candidatos enquanto treinadores.
- Teste escrito – a realizar no fim da componente específica.

Serão considerados aptos os formandos que obtenham aproveitamento (nota igual ou superior a 10), tanto na componente Geral quanto na Componente Específica.

5. ASSIDUIDADE

- Para efeitos de conclusão de um curso de Treinadores com aproveitamento e posterior certificação, **a assiduidade não pode ser inferior a 90% da carga horária do percurso formativo em cada unidade de formação.**
- As faltas devem ser, sempre que possível, previamente comunicadas. **As justificações**, referente à parte curricular, **deverão ser feitas, por escrito ao Coordenador administrativo e deverão conter as respetivas provas legais.**

- As presenças nas sessões on-line serão monitorizadas através da presença na sessão com o login realizado e com a câmara ativa.
- As presenças nas sessões presenciais serão monitorizadas através da presença na sessão com a assinatura da lista de presença.
- **Incumprimento da entrega dos trabalhos solicitados pelos formadores e pelo diretor do curso, durante a parte curricular será considerado eliminatório.**

6. PAGAMENTO

- O não cumprimento do pagamento nas datas estipuladas, no Comunicado Oficial 40, levará à suspensão na frequência do curso.

7. GRAU PROVISÓRIO EM FORMAÇÃO

A atribuição do Grau 3 em formação durante a época 2021/2022, será possível aos formandos que cumpram os seguintes pontos:

- Assiduidade de 90%, analisado no fim de cada unidade.
- Cumprimento dos prazos de entrega dos trabalhos solicitados pelos formadores e pelo diretor do curso, avaliado de unidade em unidade.
- Pagamento regularizado, cumprindo as datas indicadas no CO nº40 2021/2022.
- O Grau provisório será suspenso em caso de incumprimento dos requisitos referidos nos pontos 4 e 5 deste comunicado.

O Grau provisório será atribuído após do envio da ficha de requerimento devidamente preenchida para marco.santos@fpa.pt

Lisboa 10-12-2021

O Responsável pela Formação da FAP



Professor Doutor Pedro Sequeira

