

Referenciais de FORMAÇÃO Andebol

Grau III



FEDERAÇÃO
DE ANDEBOL
DE PORTUGAL

Referenciais de FORMAÇÃO Andebol

Grau III



FEDERAÇÃO
DE ANDEBOL
DE PORTUGAL

Edição: Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P.
Conteúdos: Federação de Andebol de Portugal
Data: Janeiro'16

Linguagem inclusiva: Por economia de espaço e simplificação da leitura, este documento não faz recurso a uma referência explícita a ambos os sexos através da marcação sistemática e simétrica do género gramatical, pelo que o uso da forma masculina refere-se invariavelmente também à forma feminina.

Notas úteis: Se já efetuou o carregamento deste documento há algum tempo, verifique se existe uma versão mais atualizada, confirmando o número na capa (canto superior esquerdo).



Por uma questão ambiental, evite imprimir o documento.



Índice

A. PREÂMBULO	4
B. UNIDADES DE FORMAÇÃO	6
1. CARACTERIZAÇÃO DO JOGO	8
2. REGRAS DO JOGO E REGULAMENTOS ESPECÍFICOS	12
3. MEIOS DE ENSINO DO JOGO	14
4. COMPONENTES DO JOGO	17
5. MÉTODOS E SISTEMAS DE JOGO	22



A. Preâmbulo



Preâmbulo

Os referenciais de formação específica vão caracterizar a segunda componente de formação dos cursos de treinadores, contemplando as unidades de formação e os temas associados às competências do treinador diretamente relacionadas com os aspetos particulares da modalidade desportiva em causa, respeitando, naturalmente, o perfil de treinador estabelecido legalmente para essa qualificação e as necessidades da preparação dos praticantes nas etapas em que ele pode intervir.

Seguindo uma estrutura e uma apresentação idênticas às utilizadas nos referenciais de formação geral, este documento estará na base da homologação dos cursos de treinadores correspondentes, realizados por qualquer entidade formadora devidamente certificada e em condições de organizar este tipo de formação.

A autoria deste documento pertence à Federação com Estatuto de Utilidade Pública Desportiva que regula a modalidade, correspondendo, por isso, à opção por si assumida relativamente às necessidades de formação dos respetivos treinadores.

O Programa Nacional de Formação de Treinadores estabelece, para cada grau, uma carga horária mínima, podendo, cada federação de modalidade chegar a valores superiores, em função das suas próprias características e necessidades.



B. Unidades de Formação



Unidades de Formação e Cargas Horárias – Andebol Grau III

UNIDADES DE FORMAÇÃO	HORAS
1. CARACTERIZAÇÃO DO JOGO	6
2. REGRAS DO JOGO E REGULAMENTOS ESPECÍFICOS	4
3. MEIOS DE ENSINO DO JOGO	20
4. COMPONENTES DO JOGO	30
5. MÉTODOS E SISTEMAS DE JOGO	40
Total	100



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Caracterização do Jogo

GRAU DE FORMAÇÃO_III /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. CARACTERIZAÇÃO DAS ETAPAS DE DESENVOLVIMENTO DO PRATICANTE	6	4/2
Total	6	4/2



CARACTERIZAÇÃO DO JOGO

SUBUNIDADE 1.

CARACTERIZAÇÃO DAS ETAPAS DE DESENVOLVIMENTO DO PRATICANTE

1.1. Resumo das etapas de desenvolvimento do praticante (quadro resumo com)

1.1.1. Etapas

1.1.2. Intervalos etários

1.1.3. Descrição Sumária

1.2. Caracterização da Etapa Específico

1.2.1. Intervalos etários e escalões

1.2.2. Capacidades físicas e psicológicas prioritárias

- Força
- Velocidade
- Potência
- Resistência de Força
- Preparação Mental
- Responsabilização e tomada de decisão
- Trabalho em equipa
- Concentração
- Motivação
- Gestão de ansiedade

1.2.3. Solicitações técnico táticas

- Manipulação da Bola
- Remate
- Passe
- Recepção
- Desmarcação
- Fintas
- Mudanças de trajetória
- Bloqueio
- Ecrã
- Ataque organizado
- Ataque em superioridade numérica
- Ataque em inferioridade numérica
- Defesa individual
- Defesa em 2 linhas
- Defesa em 1 linha
- Defesa em superioridade numérica
- Defesa em inferioridade numérica
- Marcações individuais
- Treino de Guarda-Redes
- Treinos dos postos específicos ofensivos
- Treinos dos postos específicos defensivos



- Treino integrado
- 1.2.4. Competições e resultados
- 1.2.5. Intervenção do treinador
 - Gestão do treino;
 - Instrução/Feedback
 - Pressão;
 - Observação
- 1.3. Caracterização da Etapa Especializado
 - 1.3.1. Intervalos etários e escalões
 - 1.3.2. Capacidades físicas e psicológicas prioritárias
 - Força
 - Velocidade
 - Potência;
 - Resistência de Força
 - Resistência
 - Preparação Mental
 - Responsabilização e tomada de decisão
 - Trabalho em equipa
 - Concentração
 - Motivação
 - Gestão de ansiedade
 - 1.3.3. Solicitações técnico táticas
 - Manipulação da Bola
 - Remate
 - Passe
 - Recepção
 - Desmarcação
 - Fintas
 - Mudanças de trajetória
 - Bloqueio
 - Ecrã
 - Ataque organizado
 - Ataque em superioridade numérica
 - Ataque em inferioridade numérica
 - Defesa individual
 - Defesa em 2 linhas
 - Defesa em 1 linha
 - Defesa em superioridade numérica
 - Defesa em inferioridade numérica
 - Marcações individuais
 - Treino de Guarda-Redes
 - Treinos dos postos específicos ofensivos
 - Treinos dos postos específicos defensivos
 - Treino integrado
 - Treino Individualizado



1.3.4. Competições e resultados

1.3.5. Intervenção do treinador

- Gestão do treino
- Instrução/Feedback
- Pressão
- Observação

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Descrever e caracterizar as etapas “específico” e “especializado”.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Relaciona as diferenças e as ligações entre a etapa inicial, a etapa elementar, a etapa maturo, a etapa de transição, a etapa específico e a etapa especializado.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Tarefa escrita e prova prática - Apresentar as principais características das etapas de específico e especializado.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Regras do Jogo e Regulamentos Específicos

GRAU DE FORMAÇÃO_III /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. REGRAS DO JOGO DE ANDEBOL	3	3/0
2. REGULAMENTOS ESPECÍFICOS	1	1/0
Total	4	4/0



REGRAS DO JOGO E REGULAMENTOS ESPECÍFICOS

SUBUNIDADE 1.

REGRAS DO JOGO DE ANDEBOL

1.1. Regras de Jogo

1.1.1. Aprofundamento

- Gestão do jogo
- Técnica de arbitragem
- Relação árbitros x atletas
- Relação árbitros x treinadores
- Relação árbitros x dirigentes

1.1.2. Atualização

- Sanção progressiva
- Jogo Passivo
- Falta atacante
- Livre de sete-metros
- Time-out

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Interpretar as Regras de Jogo face ao nível do jogo em que intervém o treinador de grau III.
- Relacionar a arbitragem de um jogo com o desempenho dos seus intervenientes.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Emprega e demonstra as diferentes regras e seus contextos.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova escrita e prova prática, com utilização de vídeos - Interpretação das regras e do comportamento do árbitro.

SUBUNIDADE 2.

REGULAMENTOS ESPECÍFICOS

2.1. Regulamentos de todas as provas

2.1.1. Regulamentos das provas nacionais

2.1.2. Regulamentos das provas internacionais

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Adotar e participar na elaboração dos regulamentos da modalidade.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Aplica e comenta de forma crítica e aprofundada os regulamentos da modalidade.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova escrita e prova oral - Interpretações e alterações aos regulamentos.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Meios de Ensino do Jogo

GRAU DE FORMAÇÃO_III /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. FASES E ESTRUTURAS DO PLANEAMENTO	10	6/4
2. EXERCÍCIOS E JOGOS	10	4/6
Total	20	10/10



MEIOS DE ENSINO DO JOGO

SUBUNIDADE 1.

FASES E ESTRUTURAS DO PLANEAMENTO

1.1. Fases do Planeamento

- 1.1.1. Planeamento de uma equipa de formação (etapas Inicial, Elementar Maduro e Transição)
- 1.1.2. Planeamento de uma equipa de rendimento (etapas Específico e Especializado)

1.2. Estruturas do Planeamento

- 1.1.3. Macro estrutura
- 1.1.4. Meso estrutura
- 1.1.5. Micro estrutura
- 1.1.6. A Sessão de Treino no Andebol
 - Estrutura da sessão específica de andebol
 - Conteúdo da sessão de treino específica de andebol
 - Conceção de plano de treino no andebol

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Descrever as diferentes fases e estruturas do planeamento.
- Distinguir as principais diferenças entre o planeamento de uma equipa de formação e de rendimento.
- Elaborar o plano de uma sessão de treino para o alto rendimento.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica a natureza e a função de cada uma das fases e estruturas do planeamento.
- Planifica a época de uma equipa de rendimento e de formação.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Análise, interpretação e construção de situações reais ocorridas no andebol.
- Questionamento através de situações simuladas ou de prática real.
- Análise de textos e vídeos aplicados a esta temática.
- Planifica uma sessão de treino adequada ao objetivo proposto.

SUBUNIDADE 2.

EXERCÍCIOS E JOGOS

2.1. Definição e caracterização do exercício no andebol

- 2.1.1. Taxonomia do andebol
- 2.1.2. Exercícios Gerais, específicos e de competição face à taxonomia do andebol

2.2. Construção de exercícios e de jogos

- 2.2.1. Bases da eficácia no andebol do exercício de treino – conceção
 - Filosofia de treino do treinador
 - Conceptualização do exercício
 -



- Conceptualização da sessão de treino
- 2.2.2. Fatores a ter em conta para a construção de exercícios
 - Etapa e nível do andebolista
 - Treinador e seu modelo de jogo
 - Conteúdos da modalidade
 - Elementos de trabalho em função do nível de aprendizagem, treino ou domínio
- 2.2.3. Componentes estruturais dos exercícios tendo em conta a especificidade fisiológica do andebol
 - Volume
 - Intensidade
 - Densidade
 - Frequência
- 2.3. Bases da eficácia do exercício – Correção
 - 2.2.4. Conhecimento do conteúdo
 - 2.2.5. Estabelecimento de objetivos para a execução do conteúdo do exercício
 - 2.2.6. Analisar a execução do exercício
 - 2.2.7. O Papel do feedback face à especificidade do andebol
 - 2.2.8. A atitude do treinador na correção
 - 2.2.9. Correção de erros
- 2.4. Relação entre exercícios e jogos tendo em conta a etapa do andebolista (Reduzido, Condicionado e Formal)
 - 2.2.10. Distinção entre exercícios e jogos consoante as etapas dos andebolistas

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Diagnosticar e selecionar, consoante o contexto do treino, a utilização em quantidade e qualidade dos exercícios/jogos.
- Caracterizar os exercícios ajustados ao(s) objetivo(s) pretendido(s).

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Planifica a utilização dos exercícios/jogos em consonância com os objetivos e características das Etapas Específico e Especializada.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Análise, interpretação e construção de situações reais ocorridas no Andebol.
- Questionamento através de situações simuladas ou de prática real.
- Análise de textos e vídeos aplicados a esta temática.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Componentes do Jogo

GRAU DE FORMAÇÃO_III /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. CARACTERIZAÇÃO DAS FASES DO JOGO	6	4/2
2. TÁTICA INDIVIDUAL	8	5/3
3. TÁTICA GRUPAL	8	5/3
4. GUARDA-REDES	8	5/3
Total	30	19/11



COMPONENTES DO JOGO

SUBUNIDADE 1.

CARACTERIZAÇÃO DAS FASES DO JOGO

- 1.1. Fases da defesa – Princípios individuais e coletivos
 - 1.1.1. Recuperação defensiva
 - 1.1.2. Defesa temporária
 - 1.1.3. Organização do sistema defensivo
 - 1.1.4. Defesa em sistema
- 1.2. Fases do ataque - Princípios individuais e coletivos
 - 1.2.1. Transição rápida defesa/ataque
 - 1.2.2. Organização do sistema ofensivo
 - 1.2.3. Ataque em sistema
 - 1.2.4. Interação entre as diferentes fases

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Caracterizar e descrever as diferentes fases do jogo.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica a natureza e função de cada uma das fases de jogo.
- Relaciona a interação entre as diferentes fases do jogo.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Visionamento de situações de jogo, com questionamento oral e escrito.
- Análise crítica de documentação especializada.

SUBUNIDADE 2.

TÁTICA INDIVIDUAL

- 2.1. Ofensiva
 - 2.1.1. Definição de objetivos e o treino específico nos diferentes postos ofensivos
 - 2.1.2. Tarefas e Relacionamento entre postos específicos
 - O jogador da 1ª linha
 - O pivot
 - O Extremo
- 2.2. Defensiva
 - 2.2.1. Características gerais
 - 2.2.2. Perceção defensiva
 - 2.2.3. Metodologia de treino da fase defensiva
 - 2.2.4. Princípios e subprincípios defensivos
 - Posicionamento
 - Orientação



- Enquadramento
- Pró-ação
- Reposicionamento
- Colaboração
- Comunicação Defensiva

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Relacionar, interpretar e planificar as ações individuais ofensivas e defensivas consoante o nível dos atletas nas Etapas Específico e Especializada.
- Adotar o treino por posto específico dos jogadores de campo.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica a natureza e função de cada uma das ações individuais ofensivas e defensivas, utilizando-as de forma eficaz.
- Aplica o treino por posto específico dos jogadores de campo tendo em conta as necessidades dos atletas nas Etapas Específico e Especializada.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Visionamento em situação simulada ou real.
- Planificação de uma sessão prática tendo em conta a temática.
- Análise de documentação especializada.

SUBUNIDADE 3.**TÁTICA GRUPAL****3.1. Ofensiva****3.1.1. Metodologia de treino****3.1.2. Relações entre diferentes postos Específicos**

- Na 1ª linha
- Na 2ª linha
- Entre a 1ª e a 2ª linha

3.1.3. Princípios das relações grupais ofensivas

- Precisão nas ações ofensivas
- Paciência na procura duma solução ofensiva
- Coordenação dos elementos integrantes
- Sistematização
- Qualidade da circulação da bola
- Encadeamento das ações
- Alternância entre procurar uma zona próxima ou uma zona mais afastada para atuar

3.2. Defensiva**3.2.1. Metodologia de treino****3.2.2. Ajudas defensivas****3.2.3. A predisposição Mental para a fase defensiva****3.2.4. Repartição grupal****3.2.5. Responsabilidade sobre o portador da bola**



- 3.2.6. Trocas de marcação
- 3.2.7. Posicionamento após uma troca de marcação
- 3.2.8. Deslizamento defensivo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Relacionar, interpretar e planificar as diferentes relações de grupo ofensivas e defensivas.
- Adotar o treino em grupos por postos específicos.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica a natureza e função das relações grupais utilizando-as de forma eficaz.
- Aplica o treino em grupos por postos específicos, tendo em conta as necessidades dos atletas nas Etapas Específico e Especializada.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Visionamento em situação simulada ou real.
- Questionamento oral, escrito e em situação de prática.
- Análise de documentação especializada.

SUBUNIDADE 4.**GUARDA-REDES**

- 4.1. As técnicas de defesa perante remates dos diferentes postos específicos
 - 4.1.1. A remates de 1ª linha
 - 4.1.2. A remates de ponta
 - 4.1.3. A remates de pivot
 - 4.1.4. A remates em penetração
 - 4.1.5. A remates de contra-ataque
- 4.2. Tática individual
 - 4.2.1. Observação do rematador e da envolvimento ao remate
 - 4.2.2. Colocação na área de baliza em função do tipo de remate
 - 4.2.3. Antecipação, conhecimento do adversário e análise dos indicadores de remate
- 4.3. Tática grupal – relação com os defensores
 - 4.3.1. Nos remates de 1ª linha
 - 4.3.2. Nos remates de ponta
 - 4.3.3. Nos remates de pivot
 - 4.3.4. Nos remates em penetração
 - 4.3.5. Nos remates de contra-ataque
- 4.4. Participação do guarda-redes em ações ofensivas
 - 4.4.1. Na realização do 1º passe para o jogo
 - 4.4.2. A participação na ação ofensiva em momentos especiais
- 4.5. O treino das suas capacidades motoras
 - 4.5.1. Capacidades motoras fundamentais ao posto específico
 - Velocidade de reação
 - Força
 - Flexibilidade



- Resistência específica

4.5.2. Formas de treino destas capacidades

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Planificar e organizar o Treino de Guarda-Redes consoante o nível dos atletas, nas Etapas Específico e Especializada.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Promove e organiza o Treino de Guarda-Redes tendo em conta as necessidades dos atletas nas Etapas Específico e Especializada.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Visionamento de situações de jogo, com questionamento oral e escrito.
 - Planificação de uma sessão prática tendo em conta a temática.
 - Análise crítica de documentação especializada.
-



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Métodos e Sistemas de Jogo

GRAU DE FORMAÇÃO_III /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. TÁTICA COLETIVA OFENSIVA	15	7,5/7,5
2. TÁTICA COLETIVA DEFENSIVA	15	7,5/7,5
3. QUESTÕES ESTRATÉGICAS	10	5/5
Total	40	20/20



MÉTODOS E SISTEMAS DE JOGO

SUBUNIDADE 1.

TÁTICA COLETIVA OFENSIVA

- 1.1. Princípios gerais do jogo ofensivo
 - 1.1.1. Princípio da amplitude e profundidade
 - 1.1.2. Princípio dos apoios coletivos
 - 1.1.3. Princípio da continuidade das ações
 - 1.1.4. Princípio da variabilidade das ações
 - 1.1.5. Princípio da mudança de ritmo
 - 1.1.6. Princípio dos meios táticos idóneos ao sistema defensivo contrário
- 1.2. Comuns em ataque e defesa
 - 1.2.1. Conservação da posse da bola
 - 1.2.2. Progressão
 - 1.2.3. Finalização à baliza
- 1.3. Princípios específicos do jogo ofensivo
 - 1.3.1. Específicos da tática coletiva ofensiva
 - Afastamento dos defensores
 - Recepção da bola em movimento
- 1.4. Sistemas ofensivos
 - 1.4.1. Organização geral e desenvolvimento
 - O sistema ofensivo 3:3
 - O sistema ofensivo 2:4
- 1.5. As transformações entre sistemas
 - 1.5.1. A transformação de 3:3 em 2:4
- 1.6. Os sistemas ofensivos contra defesas abertas
- 1.7. Os sistemas ofensivos contra defesas fechadas
- 1.8. Os sistemas ofensivos contra defesas mistas
- 1.9. Os sistemas ofensivos contra defesas individuais
- 1.10. Situações especiais:
 - 1.10.1. O ataque nas desigualdades numéricas: superioridade e inferioridade
 - 1.10.2. O ataque perante o jogo passivo
 - 1.10.3. A utilização dos livres de nove metros
 - 1.10.4. O ataque em situação de reposição de canto
 - 1.10.5. As soluções de ataque para os momentos finais de parte/jogo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Planificar e organizar as ações coletivas ofensivas, consoante o nível dos atletas nas etapas Específico e Especializada.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Promove e demonstra as ações coletivas ofensivas tendo em conta as necessidades dos atletas nas respetivas etapas.



FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Visionamento em situação simulada ou real.
 - Análise de documentação especializada.
 - Planificação de uma sessão prática tendo em conta a temática.
-

SUBUNIDADE 2.**TÁTICA COLETIVA DEFENSIVA**

- 2.1. Princípios gerais do jogo defensivo
 - 2.1.1. Princípio da redução de erros
 - 2.1.2. Princípio da ajuda mútua
 - 2.1.3. Princípio de disciplina tática
 - 2.1.4. Princípio da manutenção de posto específico
 - 2.1.5. Princípio da distribuição equilibrada de espaço de jogo
 - 2.1.6. Princípio da variabilidade de ações
 - 2.1.7. Princípio da coordenação espaço-temporal das ações
 - 2.1.8. Princípio da continuidade das ações
 - 2.1.9. Princípio da adaptação das ações em função do ataque
- 2.2. Comuns em ataque e defesa
 - 2.2.1. Recuperação da posse da bola
 - 2.2.2. Impedir a progressão
 - 2.2.3. Proteger a baliza
- 2.3. Princípios específicos do jogo defensivo
 - 2.3.1. Específicos da tática coletiva defensiva
 - Alternância de ataque para defesa
 - Luta permanente pela posse de bola
 - Manutenção de equilíbrio defensivo
 - Ataque permanente ao portador da bola
 - Concentração defensiva em zonas favoráveis de ataque
 - Afastamento do adversário
 - Vigilância do atacante direto na circulação de bola
 - Esforço útil nas ações
 - Superioridade numérica na zona do portador da bola
- 2.4. Sistemas defensivos
 - 2.4.1. Organização geral e desenvolvimento
 - O sistema defensivo 6:0
 - O sistema defensivo 5:1
 - O sistema defensivo 3:2:1
 - 2.4.2. Formas de jogo e desenvolvimento dos sistemas
 - Forma de jogo zonal
 - Forma de jogo individual
 - Forma de jogo mista



2.4.3. Transformação entre sistemas

- Os sistemas defensivos como síntese de comunicação coletiva
- Os sistemas defensivos como inter-relação de elementos táticos

2.4.4. Situações especiais

- A defesa nas desigualdades numéricas: superioridade e inferioridade
- A defesa perante o jogo passivo
- A utilização dos livres de nove metros
- A defesa em situação de reposição de canto
- As soluções defensivas, para os momentos finais de parte/jogo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Planificar e organizar as ações coletivas defensivas, consoante o nível dos atletas nas Etapas Específico e Especializada.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Promove e demonstra as ações coletivas defensivas tendo em conta as necessidades dos atletas nas respetivas etapas

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Visionamento em situação simulada ou real.
- Planificação de uma sessão prática tendo em conta a temática.
- Análise de documentação especializada.

SUBUNIDADE 3.

QUESTÕES ESTRATÉGICAS

3.1. Preparação da competição

3.1.1. Plano tático de jogo

3.1.2. Observação e análise

- Observação direta
- Observação indireta
- Análise qualitativa
- Análise quantitativa

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Planificar e organizar um plano de jogo, ajustado às características próprias e do adversário.
- Planificar e organizar um plano de observação e análise

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Prepara e exemplifica um plano de jogo, consoante as características próprias e do adversário.
- Constrói e aplica um plano de observação e análise

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Visionamento em situação simulada ou real.
- Análise de documentação especializada.
- Planificação de uma sessão prática tendo em conta a temática.



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.