

Referenciais de FORMAÇÃO Futsal

Grau



FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
DE FUTEBOL

Referenciais de
FORMAÇÃO
Futsal

Grau



**FEDERAÇÃO
PORTUGUESA
DE FUTEBOL**

Edição: Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P.
Conteúdos: Federação Portuguesa de Futebol
Data: Julho'15

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. METODOLOGIA DO TREINO DO FUTSAL	8
2. TÉCNICO-TÁTICA DO FUTSAL	10
3. CAPACIDADES MOTORAS DO FUTSAL	16
4. PSICOLOGIA APLICADA AO FUTSAL	19
5. ARBITRAGEM E LEIS DE JOGO DE FUTSAL	22
6. GESTÃO E ORGANIZAÇÃO DO FUTSAL	25



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 – Futebol Futsal - Grau I

UNIDADES DE FORMAÇÃO	HORAS
1. METODOLOGIA DO TREINO DO FUTSAL	8
2. TÉCNICO-TÁTICA DO FUTSAL	35
3. CAPACIDADES MOTORAS DO FUTSAL	24
4. PSICOLOGIA APLICADA AO FUTSAL	15
5. ARBITRAGEM E LEIS DE JOGO DE FUTSAL	12
6. GESTÃO E ORGANIZAÇÃO DO FUTSAL	6
Total	100



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Metodologia do Treino do Futsal

GRAU DE FORMAÇÃO_1/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. TREINO E METODOLOGIA DO TREINO EM FUTSAL	4	0/4
2. RENDIMENTO DESPORTIVO EM FUTSAL	4	0/4
Total	8	0/8



METODOLOGIA DO TREINO DO FUTSAL

SUBUNIDADE 1.

TREINO E METODOLOGIA DO TREINO EM FUTSAL

- 1.1. Conceito de Treino
 - 1.1.1. Treino versus níveis de especificidade (prioridades no Futsal)
 - 1.1.2. Treino versus fadiga
 - 1.1.3. Treino versus destreino
- 1.2. Metodologia específica do treino em Futsal
 - 1.2.1. Modelar a complexidade do jogo
 - 1.2.2. Criar contextualidades do jogo
 - 1.2.3. Direcionar numa dimensão coletiva

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Identificar o conceito de treino perspetivando-o com as noções de especificidade, de uma metodologia do treino em Futsal modelando a sua complexidade, numa dimensão de projeto coletivo.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Emprega adequadamente os conceitos de treino e metodologia específica do treino de Futsal enquadrando-os no planeamento das atividades de ensino/treino do jogo.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste escrito.

SUBUNIDADE 2.

RENDIMENTO DESPORTIVO EM FUTSAL

- 2.1. A natureza multifatorial do rendimento em Futsal
- 2.2. A interdependência das componentes de rendimento na performance no jogo de Futsal
- 2.3. Importância da componente condicional no rendimento em Futsal
- 2.4. Importância da componente coordenativa no rendimento em Futsal
- 2.5. A definição de prioridades na organização do processo de treino em Futsal
- 2.6. Binómio volume-intensidade de acordo com o contexto específico de treino

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Identificar as componentes mais relevantes para o rendimento específico no Futsal.
- . Distinguir a componente condicional do rendimento e a sua importância.
- . Definir prioridades na organização do processo de treino.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Caracteriza e identifica a interdependência das componentes de rendimento na performance no jogo de Futsal.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste escrito.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Técnico-Tática do Futsal

GRAU DE FORMAÇÃO_I/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. HISTÓRIA DO JOGO DE FUTSAL	1	0/1
2. FASES/MOMENTOS DO JOGO DE FUTSAL	3	0/3
3. PRINCÍPIOS DO JOGO DE FUTSAL	7	4/3
4. FATORES DO JOGO DE FUTSAL	12	9/3
5. O ENSINO DO JOGO DE FUTSAL	6	4/2
6. O TREINADOR DE FUTSAL	2	0/2
7. TREINO DO GUARDA-REDES	4	3/1
Total	35	20/15



TÉCNICO-TÁTICA DO FUTSAL

SUBUNIDADE 1.

HISTÓRIA DO JOGO DE FUTSAL

1.1. Origens do jogo de Futsal

1.1.1. Formas jogáveis que deram origem ao jogo na atualidade

- Organização ofensiva/defensiva (2.2 / zona) com predominância do contra-ataque;
- Especialização de funções (3.1) e início da marcação individual;
- Imposição da dinâmica de jogo ofensivo (4.0) e especialização defensiva;

1.2. Evolução do jogo de Futsal

1.2.1. No quadro das Leis e dos regulamentos

1.3. Desenvolvimento do jogo de Futsal

1.3.1. Análise dos momentos históricos mais importantes

1.3.2. Aspetos dominantes da evolução

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Perspetivar as origens do jogo de Futsal, dos primórdios à época moderna.
- Diferenciar a sua evolução nos planos do regulamento do jogo e dos sistemas táticos.
- Identificar momentos históricos do processo de desenvolvimento do jogo de Futsal.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Caracteriza as principais referências factuais do Futsal nas dimensões histórica, evolutiva e de desenvolvimento do jogo.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.

SUBUNIDADE 2.

FASES/MOMENTOS DO JOGO DE FUTSAL

2.1. Finalidades e a organização do jogo de Futsal

2.1.1. Finalidade do jogo

2.1.2. Finalidade do jogo versus finalidade da equipa

2.1.3. Finalidade divergente das equipas em confronto

2.2. Perspetiva dualista de organização do jogo de Futsal

2.3. Processo ofensivo

2.3.1. Construção das ações ofensivas

2.3.2. Criar situações de finalização

2.3.3. Finalização

2.3.4. Conceito, objetivos, vantagens, desvantagens, etapas e métodos

2.4. Processo defensivo

2.4.1. Impedir a construção das ações ofensivas



- 2.4.2. Anular situações de finalização
- 2.4.3. Impedir a finalização
- 2.4.4. Conceito, objetivos, vantagens, desvantagens, etapas e métodos

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os grandes objetivos do jogo e os fundamentos da sua dinâmica.
- Compreender as relações dialéticas entre o processo ofensivo e defensivo do jogo de Futsal.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Descreve as finalidades do jogo e da equipa no âmbito da perspetiva da organização dual do jogo.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.

SUBUNIDADE 3.**PRINCÍPIOS DO JOGO DE FUTSAL**

- 3.1. Princípios de jogo gerais
 - 3.1.1. Criação de superioridade numérica
 - 3.1.2. Evitar a igualdade numérica
 - 3.1.3. Rejeitar a inferioridade numérica
- 3.2. Princípios de jogo específicos
 - 3.2.1. Unidades estruturais fundamentais
 - 3.2.2. Formação de estruturas de cooperação e oposição que derivam do centro do jogo
- 3.3. Princípios específicos do jogo ofensivo
 - 3.3.1. Penetração
 - 3.3.2. Cobertura ofensiva
 - 3.3.3. Mobilidade
 - 3.3.4. Espaço
- 3.4. Princípios específicos do jogo defensivo
 - 3.4.1. Contenção
 - 3.4.2. Cobertura defensiva
 - 3.4.3. Equilíbrio
 - 3.4.4. Concentração

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Caracterizar as unidades estruturais fundamentais e a dinâmica dos princípios específicos do jogo.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica a formação das unidades estruturais fundamentais do jogo e os princípios de decisão/ação nelas contidos.
- Constrói exercícios de treino para a aprendizagem das bases racionais do jogo enquanto unidades estruturais fundamentais.



FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
 - Avaliação prática (orientação de exercícios com objetivos definidos).
-

SUBUNIDADE 4.**FATORES DO JOGO DE FUTSAL**

- 4.1. As ações tático/técnicas do jogo de Futsal
- 4.2. Ações individuais ofensivas
 - 4.2.1. Receção
 - 4.2.2. Passe
 - 4.2.3. Condução da bola
 - 4.2.4. Controlo da bola / proteção da bola
 - 4.2.5. Conceito, objetivos, posição do corpo/da bola /do adversário
 - 4.2.6. Drible/ Finta/ Simulação
 - 4.2.7. Remate
 - 4.2.8. Conceito, objetivos, classificação, superfícies e enquadramento do corpo com a bola / o adversário / a baliza
- 4.3. Ações individuais defensivas
 - 4.3.1. Marcação
 - 4.3.2. Interceção
 - 4.3.3. Desarme
 - 4.3.4. Conceito, objetivos, posição do corpo/da bola /do adversário
- 4.4. Ações coletivas elementares ofensivas
 - 4.4.1. Desmarcações (paralela, diagonal, sobreposição, quebra)
 - 4.4.2. Combinações (diretas e indiretas)
 - 4.4.3. Permutações
 - 4.4.4. Conceitos, objetivos e classificação
- 4.5. Ações coletivas elementares defensivas
 - 4.5.1. Marcações
 - 4.5.2. Compensações
 - 4.5.3. Dobras
 - 4.5.4. Conceitos, objetivos e classificação
- 4.6. Integração das ações individuais e coletivas elementares numa determinada estrutura de jogo
 - 4.6.1. Esquematização simples dos sistemas de jogo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Descrever as características das diferentes ações tático/técnicas ofensivas e defensivas enquanto fatores do jogo de Futsal.
- Identificar lógicas funcionais das ações coletivas elementares numa determinada estrutura de jogo.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Elabora exercícios para a aprendizagem e o desenvolvimento das ações tático/técnicas do jogo.
-



FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
 - Trabalho de grupo.
 - Avaliação prática (orientação de exercícios com objetivos definidos).
-

SUBUNIDADE 5.**O ENSINO DO JOGO DE FUTSAL**

- 5.1. Níveis de desempenho do jovem praticante
 - 5.1.1. Nível básico (iniciação ao objeto de jogo - a bola)
 - 5.1.2. Nível elementar (Elaboração elementar do objetivo do jogo)
 - 5.1.3. Nível intermédio (Desenvolvimento da organização posicional)
 - 5.1.4. Nível especialização (Especialização da dinâmica coletiva)
 - 5.1.5. Caracterização de cada nível de desempenho – identificação dos problemas de jogo e reconhecimento das soluções
- 5.2. Etapas pedagógicas no ensino/aprendizagem
- 5.3. Estruturas facilitadoras na aprendizagem do jogo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identifica os diferentes níveis de desempenho do jovem praticante de Futsal.
- Identifica estruturas de jogo facilitadoras da aprendizagem.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza a equipa de acordo com a etapa de desenvolvimento dos jogadores.
 - Elabora exercícios de acordo com o nível de desempenho.
-

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.
 - Avaliação prática (orienta exercícios adequados ao nível de desempenho proposto).
-

SUBUNIDADE 6.**O TREINADOR DE FUTSAL**

- 6.1. Orientação e condução do processo de jogo (competição) e consequentemente do processo de treino
- 6.2. Funções de líder e gestor e tarefas associadas em função do nível de desempenho
- 6.3. Competências técnicas exigidas para cada nível de desempenho
- 6.4. Análise e observação do jogo
- 6.5. Definição de perfis em função dos diferentes níveis de desempenho



COMPETÊNCIAS DE SAÍDA <ul style="list-style-type: none">Descrever as funções do treinador como líder, como gestor e como contribuinte para a valorização do Futsal.Identificar a observação e a análise como procedimentos importantes para o conhecimento do jogo de Futsal de acordo com o nível de desempenho.	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA <ul style="list-style-type: none">Identifica as dimensões básicas da intervenção do treinador de Futsal e as competências técnicas iniciais que a sustentam.Realiza observação e análise do jogo sustentadas nos procedimentos definidos.
FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS <ul style="list-style-type: none">Teste escrito.Avaliação prática (orientação de exercícios com objetivos definidos).	

SUBUNIDADE 7.

TREINO DO GUARDA-REDES

- 7.1. A especificidade da posição de guarda-redes no quadro do regulamento do jogo
- 7.2. Posturas de prontidão desportiva do guarda-redes de Futsal
- 7.3. A ação tático/técnica do guarda-redes no quadro da organização dinâmica da equipa.
 - 7.3.1. Defesas de trajetória baixa/média (membros inferiores)
 - 7.3.2. Defesas de trajetória alta (membros superiores)
 - 7.3.3. Reposições de bola em jogo
 - 7.3.4. Interceções
- 7.4. Os métodos de ensino/treino das ações técnicas de base do guarda-redes no contexto do processo defensivo e ofensivo
- 7.5. As diferentes etapas na formação dos jovens guarda-redes

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA <ul style="list-style-type: none">Diferenciar as especificidades da intervenção do guarda-redes, tanto no quadro regulamentar quanto no âmbito da organização dinâmica da equipa.Identificar os métodos de ensino/treino das ações técnicas de base do guarda-redes.Caracterizar as etapas fundamentais e os aspetos complementares na formação do jovem guarda-redes.	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA <ul style="list-style-type: none">Descreve as limitações regulamentares da intervenção do guarda-redes e as relações entre as suas ações individual e coletiva no quadro da ação da equipa.Elabora exercícios de aprendizagem e desenvolvimento das ações técnicas de base do guarda-redes.Valoriza, na construção dos exercícios, o carácter étapico da formação dos jovens guarda-redes.
FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS <ul style="list-style-type: none">Teste escrito.	



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Capacidades Motoras do Futsal

GRAU DE FORMAÇÃO_1/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. CARACTERIZAÇÃO DO ESFORÇO NO FUTSAL	3	0/3
2. TREINO DAS CAPACIDADES MOTORAS EM FUTSAL	14	8/6
3. AS CAPACIDADES MOTORAS EM CRIANÇAS E JOVENS JOGADORES DE FUTSAL	2	0/2
4. ORGANIZAÇÃO DO TREINO DAS CAPACIDADES MOTORAS EM FUTSAL	5	3/2
Total	24	11/13



CAPACIDADES MOTORAS DO FUTEBOL

SUBUNIDADE 1.

CARACTERIZAÇÃO DO ESFORÇO NO FUTSAL

- 1.1. Perfil do esforço específico no jogo de Futsal
 - 1.1.1. Indicadores de carga externa
 - 1.1.2. Indicadores de carga interna
- 1.2. Vias metabólicas e a sua relevância no Futsal
 - 1.2.1. Especificidade e prioridades para a organização dos exercícios de treino

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar o padrão típico de atividade no Futsal.
- Compreender as exigências físicas colocadas pelo jogo.
- Distinguir as várias vias metabólicas e a sua relevância no esforço específico do Futsal.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Emprega vocábulos que explicitam a identificação do padrão típico de atividade e a distinção entre metabolismos.
- Revela conhecimentos acerca das exigências físicas impostas pelo jogo.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.

SUBUNIDADE 2.

TREINO DAS CAPACIDADES MOTORAS EM FUTSAL

- 2.1. Especificidade das capacidades motoras no jogo de Futsal
 - 2.1.1. As manifestações específicas de força, velocidade, flexibilidade e resistência, no contexto específico do jogo de Futsal e a importância das capacidades coordenativas
- 2.2. Repercussões das características do esforço específico do jogo na organização do treino e dos exercícios
- 2.3. Os jogos reduzidos no desenvolvimento das capacidades motoras

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Prescrever exercícios para o treino específico das capacidades motoras, em função do objetivo pretendido.
- Compreender o impacto dos exercícios no desenvolvimento das capacidades motoras em função das variáveis manipuladas.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica os fatores condicionantes e os meios de desenvolvimento da condição física do jogador de Futsal.
- Elabora exercícios, manipulando adequadamente as suas variáveis em função da capacidade motora a desenvolver.
- Seleciona diferentes jogos reduzidos para desenvolver a condição física.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito, trabalho de grupo e avaliação prática.



SUBUNIDADE 3.

AS CAPACIDADES MOTORAS EM CRIANÇAS E JOVENS JOGADORES DE FUTSAL

- 3.1. As capacidades motoras ao longo do processo de desenvolvimento - Rendimento e momentos ótimos
- 3.2. O processo de desenvolvimento e o perfil de atividade do jogador de Futsal - Modelos de preparação do jovem praticante de Futsal
- 3.3. Parâmetros balizadores na orientação do processo de treino de jovens praticantes
- 3.4. A importância das diferentes qualidades físicas nos diferentes níveis de desempenho: Nível Básico, Nível Elementar, Nível Intermédia e Nível de Especialização

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Identificar a influência do processo de desenvolvimento nas capacidades motoras e destas no perfil de atividade do jogador de Futsal.
- . Diferenciar o desenvolvimento das qualidades físicas em função do nível de desempenho dos jovens jogadores de Futsal.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Elabora exercícios de treino para as várias capacidades motoras, de acordo com a idade e fase de desenvolvimento dos atletas.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste escrito.

SUBUNIDADE 4.

ORGANIZAÇÃO DO TREINO DAS CAPACIDADES MOTORAS EM FUTSAL

- 4.1. Enquadramento do treino das capacidades motoras na sessão/unidade de treino
- 4.2. Construção de objetivos e temas para a sessão de treino (desenvolvimento específico das capacidades motoras no treino do jogo de Futsal)
- 4.3. O aquecimento no Futsal (geral e sobretudo específico)
- 4.4. Avaliação da sessão de treino (impacto repercutido com os exercícios efetuados)

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Identificar os conceitos, as componentes estruturais e os tipos de exercício a incluir na sessão de treino.
- . Enquadrar, com lógica, as diferentes capacidades motoras na sessão de treino.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Demonstra conhecer os aspetos fundamentais da organização do treino, do ponto de vista das qualidades físicas, na construção dos exercícios e inclusão na sessão de treino.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste escrito e avaliação prática.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Psicologia Aplicada ao Futsal

GRAU DE FORMAÇÃO_I/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. MOTIVAÇÃO E FILOSOFIA DO TREINADOR	1,5	1/0,5
2. RELAÇÃO TREINADOR-JOGADOR	12,0	4/8
3. REFLEXÃO PESSOAL DO TREINADOR	1,5	1/0,5
Total	15	6/9



PSICOLOGIA APLICADA AO FUTSAL

SUBUNIDADE 1.

MOTIVAÇÃO E FILOSOFIA DO TREINADOR

- 1.1. Motivos de participação (e abandono) dos treinadores (autoavaliação acerca dos custos e benefícios de ser treinador de Futsal)
- 1.2. Filosofia enquanto treinador: valores que pretende promover e defender enquanto treinador de Futsal e limites éticos da sua intervenção.

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e descrever os aspetos motivacionais que orientam a participação ou abandono da carreira como treinador.
- Identificar e descrever os valores que pretende promover e defender enquanto treinador e os limites éticos da sua intervenção.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Demonstra quais os seus motivos de participação como treinador, no Futsal.
- Demonstra quais os princípios éticos que devem orientar um treinador de Futsal, identificando, em análise de casos, a violação elementar destes mesmos princípios.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Trabalho de grupo.
- Análise e discussão de casos práticos.
- Teste escrito.

SUBUNIDADE 2.

RELAÇÃO TREINADOR-JOGADOR

- 2.1. Competências Comunicacionais do Treinador
 - 2.1.1. O processo de comunicação eficaz treinador-jogador como elemento fulcral desta relação
 - 2.1.2. Especificidades na comunicação em função das características dos jogadores (idade, género) e do objetivo da comunicação
 - 2.1.3. Estratégias para comunicar com diferentes públicos (Pais, dirigentes, outros treinadores, público, etc.). De forma particular, a comunicação com Pais.
- 2.2. Compreender a Motivação dos Jogadores
 - 2.2.1. Importância e impacto da motivação dos jogadores no progresso coletivo
 - 2.2.2. Motivos de participação que mais influenciam o envolvimento no treino.
 - 2.2.3. Motivos de desinvestimento ou abandono do Futsal (particularmente em jogadores jovens)
 - 2.2.4. Como influenciar o empenhamento e a persistência dos jogadores em contexto de treino e competição

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar, descrever e adotar estratégias de comunicação que otimizem a relação com o jogador (em diferentes idades e em ambos os géneros) e outros agentes desportivos (particularmente com os Pais).

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Usa a forma de comunicação mais eficaz em função do interlocutor e situação. Consegue identificar o mesmo na análise de casos práticos.

CONTINUA >>



COMPETÊNCIAS DE SAÍDA <ul style="list-style-type: none">Identificar e descrever os fatores motivacionais no Futsal.Identificar e adotar estratégias motivacionais em treino e competição.	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA <ul style="list-style-type: none">Identifica a expressão da motivação dos jogadores.Usa diferentes estratégias para promover o equilíbrio e satisfação dos jogadores bem como um clima de equipa positivo.Adequa a relação com o jogador atuando em função do conhecimento que tem do seu desenvolvimento/momento de carreira.
FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS <ul style="list-style-type: none">Trabalho de grupo.Análise e discussão de casos práticos.Teste escrito.	

SUBUNIDADE 3.

REFLEXÃO PESSOAL DO TREINADOR

- 3.1. Pistas para autoavaliação e auto-monitorização da eficácia e eficiência dos métodos de intervenção
 - 3.1.1. Construção de fichas de auto-registo
 - 3.1.2. Realizar exercícios para colocar em prática as fichas criadas pelos treinadores. O Formador deverá criar um exemplo a partir de alguma das temáticas abordadas neste curso (ex: a partir de comportamentos relacionados com o processo comunicacional do treinador)
- 3.2. "Diário de Bordo" e sua importância para a autoavaliação e auto-monitorização dos objetivos, estratégias e indicadores estabelecidos, bem como de constante balanço decisional enquanto treinador

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA <ul style="list-style-type: none">Identificar pistas de avaliação para que monitorize a eficácia e eficiência dos seus métodos de intervenção (adequação aos atletas e a sua pertinência para a obtenção dos objetivos).Identificar, descrever e registar comportamentos, pensamentos e/ou emoções que se relacionam com o seu dia-a-dia como treinador, sendo capaz de os analisar criticamente.	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA <ul style="list-style-type: none">Usa a informação que vai registando num "diário de bordo" para compreender e refletir criticamente sobre o seu quotidiano como treinador e reflete-as nas suas decisões. (Exemplos: que aspetos críticos do quotidiano colocam a ética em zona limite; de que forma está a comunicar com as diferentes pessoas; de que modo está a contribuir para que os atletas se percecionem como mais competentes e mais motivados; de que modo está a cativar os jovens a manterem-se empenhados mesmo após tentativas menos eficazes).
FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS <ul style="list-style-type: none">Trabalho de grupo.Análise e discussão de casos práticos.Teste escrito.	



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Arbitragem e Leis de Jogo de Futsal

GRAU DE FORMAÇÃO_I/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. ARBITRAGEM	2	0/2
2. LEIS DE JOGO	10	0/10
Total	12	0/12



ARBITRAGEM E LEIS DE JOGO DE FUTSAL

SUBUNIDADE 1.

ARBITRAGEM

- 1.1. O árbitro de Futsal
 - 1.1.1. Missão
 - 1.1.2. Papel
 - . Origem e justificação
 - . Evolução histórica
 - . Atualidade
 - 1.1.3. Perfil do árbitro do quadro da Associação de Futebol (AF)
 - 1.1.4. Relacionamento árbitro-treinador face às respetivas missões
- 1.2. O observador de árbitros
 - 1.2.1. Missão
 - 1.2.2. Papel
- 1.3. Formação e aperfeiçoamento dos árbitros da AF
 - 1.3.1. Áreas formativas e de aperfeiçoamento
 - 1.3.2. Tipo e perfil de formadores
- 1.4. Avaliação dos árbitros do quadro da AF
 - 1.4.1. Avaliação informal e formal
 - 1.4.2. Tipos e instrumentos de avaliação
- 1.5. O Conselho de Arbitragem como órgão da AF
 - 1.5.1. Constituição
 - 1.5.2. Quadro de competências
 - 1.5.3. Regulamentação
- 1.6. A organização vertical da arbitragem – breves notas

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Descrever as missões, os papéis dos agentes da arbitragem, conhece o seu quadro formativo e o seu processo avaliativo.
- . Identificar a área de operação do órgão de arbitragem no âmbito da organização associativa.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Distingue os diferentes quadros de intervenção e as suas implicações nas diferentes atividades associativas.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste escrito.



SUBUNIDADE 2.

LEIS DE JOGO

- 2.1. Origem
- 2.2. Evolução histórica
- 2.3. As Leis de Jogo do Futsal
 - 2.3.1. O recinto de jogo, a bola e os jogadores (Leis 1 a 4)
 - 2.3.2. Os árbitros (Leis 5 a 6)
 - 2.3.3. O jogo (Leis 7 a 10)
 - 2.3.4. Faltas e incorreções (Lei 12)
 - 2.3.5. Bolas paradas (Leis 13 a 17)

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Descrever a origem e a evolução das Leis de Jogo.
- . Identificar e conhecer as diferentes Leis de Jogo e o seu enquadramento.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Expressa adequadamente as soluções para problemas práticos de complexidade elementar que necessitem de resposta sustentada nas Leis de Jogo.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste escrito.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Gestão e Organização do Futsal

GRAU DE FORMAÇÃO_1/

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. FUNÇÃO SOCIAL DO CLUBE DE FUTSAL	2	0/2
2. RAÍZES DO FUTSAL	2	0/2
3. ORGANIZAÇÃO DE ATIVIDADES E PROCEDIMENTOS ADMINISTRATIVOS DO FUTSAL	2	0/2
Total	6	0/6



GESTÃO E ORGANIZAÇÃO DO FUTSAL

SUBUNIDADE 1.

FUNÇÃO SOCIAL DO CLUBE DE FUTSAL

- 1.1. Missão, visão e valores
 - 1.1.1. Os fundamentos da intervenção social
- 1.2. Fundação, organização e gestão dum clube
 - 1.2.1. Procedimentos organizativos
 - 1.2.2. Estrutura e componentes da organização
 - 1.2.3. Objetivos, coordenação, instrumentos e direção
- 1.3. Cidadania ativa
 - 1.3.1. Cidadania e participação ativa no clube
 - 1.3.2. Participação democrática, lealdade, regras e disciplina
 - 1.3.3. Envolvimento social e solidariedade
 - 1.3.4. Voluntariado e educação não-formal
- 1.4. Capital humano
 - 1.4.1. Conhecimentos específicos e interação profissional
 - 1.4.2. Competências sociais e técnicas
 - 1.4.3. Motivação, empenho e superação
- 1.5. Coesão económica e social
 - 1.5.1. Integração social de grupos vulneráveis ou sub-representados e migrantes
 - 1.5.2. Pertença, participação e diálogo intercultural
 - 1.5.3. Impacto económico local
- 1.6. Intervenção na morbilidade
 - 1.6.1. Morbilidade social e morbilidade desportiva

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Descrever e relacionar os principais aspetos que definem a função social do Clube de Futsal nomeadamente os que se relacionam com a formação não-formal dos diferentes estratos sociais e níveis etários envolvidos e com o enquadramento daquele no contexto social.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica os principais aspetos que integram o Clube de Futsal no contexto social.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito.



SUBUNIDADE 2.

RAÍZES DO FUTSAL

- 2.1. Missão e filosofia das Raízes do Futsal
- 2.2. Equidade e Proteção de Menores
- 2.3. Segurança das Atividades
- 2.4. Conduta dos Praticantes
- 2.5. Responsabilidades dos Pais ou Encarregados de Educação
- 2.6. Atuação de Treinadores e Voluntários
- 2.7. Salvaguarda dos Jogadores Veteranos

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Adotar os fundamentos das Raízes do Futsal e identificar as condutas adequadas para a realização satisfatória de atividades de Futsal.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Demonstra através da referência de exemplos o domínio das normas orientadoras dos comportamentos dos diferentes agentes.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste escrito.

SUBUNIDADE 3.

ORGANIZAÇÃO DE ATIVIDADES E PROCEDIMENTOS ADMINISTRATIVOS DO FUTSAL

- 3.1. Organização de actividades em espaços próprios ou cedidos
- 3.2. Atividades lúdicas e quadros competitivos
- 3.3. Particularidades dos escalões juniores
- 3.4. Processos de inscrição de equipas e jogadores
- 3.5. Planeamento da realização de um jogo
- 3.6. Procedimentos consequentes ao jogo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Identificar os constrangimentos para a organização de atividades e os procedimentos administrativos associados.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Organiza modelos de atividades lúdicas e de quadros competitivos elementares, executa corretamente processos de inscrição, estabelece um cronograma de ações para organização de um jogo e identifica as tarefas pós-jogo.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Teste escrito.



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.