

Referenciais de FORMAÇÃO Golfe

Grau III



Referenciais de FORMAÇÃO Golfe

Grau 



Edição: Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P.
Conteúdos: Federação Portuguesa de Golfe
Data: Março'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. ESTRUTURA, REGULAMENTO E DESENVOLVIMENTO DO GOLFE	8
2. OBSERVAÇÃO E ANÁLISE TÉCNICA	11
3. PLANEAMENTO E TREINO ESPECÍFICO DO GOLFE	15
4. TECNOLOGIA, EQUIPAMENTO E CUSTOM FITTING	17
5. TÉCNICAS DE GOLFE	19
6. PRÁTICA PEDAGÓGICA, DEMONSTRAÇÃO E JOGO DE CAMPO	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 – Golfe Grau III

UNIDADES DE FORMAÇÃO	HORAS
1. ESTRUTURA, REGULAMENTO E DESENVOLVIMENTO DO GOLFE	6
2. OBSERVAÇÃO E ANÁLISE TÉCNICA	12
3. PLANEAMENTO E TREINO ESPECÍFICO DO GOLFE	4
4. TECNOLOGIA, EQUIPAMENTO E CUSTOM FITTING	8
5. TÉCNICAS DE GOLFE	16
6. PRÁTICA PEDAGÓGICA, DEMONSTRAÇÃO E JOGO DE CAMPO	44
Total	90



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Estrutura, regulamento e desenvolvimento do Golfe

GRAU DE FORMAÇÃO_III /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. A REGRA 26 E 27	1	1 / 0
2. APLICAÇÃO DAS REGRAS 26 E 27	1	0 / 1
3. SISTEMA DE HANDICAPS	1	0 / 1
4. LIVRO DECISÕES	1	1 / 0
5. REGULAMENTO - LIVRO DECISÕES (APLICAÇÃO PRÁTICA)	2	2 / 0
Total	6	4 / 2



ESTRUTURA, REGULAMENTO E DESENVOLVIMENTO DO GOLFE

SUBUNIDADE 1.

A REGRA 26 E 27

- 1.1. Regra 26 – Bola dentro de obstáculos
- 1.2. Regra 27 – Bola perdida; bola provisória

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e conhecer as diferentes situações de aplicabilidade da regra, para cada situação prática e a correspondente decisão.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Aplicar a regra adequada à situação e exemplifica através da execução do exercício prático proposto, identificando a decisão de suporte.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Execução prática da aplicação das regras para cada situação tipo e respetiva penalização por infração à regra.

SUBUNIDADE 2.

APLICAÇÃO DAS REGRAS 26 E 27

- 2.1. Desenvolvimento de um conjunto de exercícios práticos a aplicar no “terreno” elucidativos das situações mais comuns de proporcionarem dúvidas sobre a aplicação da regra 26 e regra 27

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e conhecer as diferentes situações de aplicabilidade da regra 26 e 27, para cada situação prática e respetiva decisão.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica e aplica a regra específica e exemplifica através da execução do exercício prático proposto e aplica a respetiva decisão.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática - Execução prática da aplicação da regra para cada situação tipo e respetiva penalização por infração à regra e respetiva decisão.

SUBUNIDADE 3.

TABELA DE HANDICAPS

- 3.1. Tabelas de handicaps
- 3.2. Handicap exato e handicap de jogo
- 3.3. Fórmulas e cálculo de handicap

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Identificar e reconhecer as tabelas e fórmulas de cálculo de handicaps.
- Selecionar as fórmulas de cálculo de handicaps, aplicáveis no regulamento de handicaps.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica com clareza as tabelas e fórmulas de cálculo de handicaps dos diferentes campos de Golfe.
- Aplica corretamente as fórmulas de cálculo de handicaps, aplicáveis no regulamento de handicaps, para correção do novo handicap.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática - Efetuar o cálculo e a correção de handicap, para cada situação tipo e para cada categoria de handicap.
- Prova prática - Efetuar o cálculo de handicap, tendo em conta a correspondência do sistema CONGO para o sistema EGA.

SUBUNIDADE 4.**LIVRO DE DECISÕES**

- 4.1. Introdução ao Livro de Decisões
- 4.2. Conceitos, definições e terminologias
- 4.3. Consulta do Livro de Decisões
- 4.4. Interpretação de situações tipo.

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Reconhecer e identificar o Livro de Decisões aplicadas ao Golfe.
- Interpretar corretamente os conceitos, definições e terminologias inseridas no livro de decisões A&R.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica claramente o Livro de Decisões aplicadas ao Golfe.
- Descreve e emprega com clareza as diferentes definições aplicadas ao Golfe.
- Após consulta do Livro de Decisões identifica claramente a regra a aplicar a cada situação tipo.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito de resposta descritiva sobre diferentes situações tipo de aplicação das regras e a respetiva decisão.

SUBUNIDADE 5.**APLICAÇÕES PRÁTICAS**

- 5.1. Aplicação prática de arbitragem de situações de jogo e respetiva decisão

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar as decisões adequadas a diferentes situações tipo.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Após consulta do livro de decisões identifica claramente a regra a aplicar a cada situação tipo.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática - Identificar e a aplicar no campo as regras e decisões aplicáveis a cada situação tipo.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Observação e análise técnica

GRAU DE FORMAÇÃO_III /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1.ANÁLISE DE ERROS NO PLANO DO SWING DE PRATICANTES DE HCO <6	3	1 / 2
2.SOFTWARE V1-PRO	3	1 / 2
3.SOFTWARE TRACKMAN	3	1 / 2
4.SOFTWARE SAMPUTTLAB	3	1 / 2
Total	12	4 / 8



OBSERVAÇÃO E ANÁLISE TÉCNICA

SUBUNIDADE 1.

ANÁLISE DE ERROS NO PLANO DO SWING DE PRATICANTE DE HCP <6

- 1.1. Revisão dos elementos críticos do Swing
 - 1.1.1. Movimento inicial (take away)
 - 1.1.2. Plano do movimento para trás
 - 1.1.3. Topo do movimento para trás
 - 1.1.4. Movimento de rotação para baixo
 - 1.1.5. Impacto da face do taco com a bola
 - 1.1.6. Movimento de rotação para a frente
 - 1.1.7. Final do movimento de rotação (finish)
- 1.2. Identificação dos diferentes Planos de Swing
 - 1.2.1. Causas e Efeitos

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e reconhecer cada um dos erros possíveis, em cada elemento crítico do plano do swing, tendo em conta a trajetória da bola.
- Identificar e reconhecer a sequência pedagógica da deteção de erros técnicos durante o swing.
- Identificar e reconhecer os diferentes planos de swing e as suas causas e efeitos de praticantes de HCP <6.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Descreve e seleciona os exercícios didáticos de correção do erro detetado para cada elemento crítico.
- Utiliza meios auxiliares de observação não sofisticados.
- Deteta erros técnicos de swing à vista desarmada.
- Prognostica as possíveis trajetórias de bola, face ao(s) erro(s) detetado(s) e planos de swing realizados.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática - Detetar os erros técnicos de um praticante de HCP <6, durante a execução de dez “pancadas”, à vista desarmada.
- Prova prática - Identificar as possíveis trajetórias de bola, face ao(s) erro(s) detetado(s) e planos de swing efetuados pelo jogador de HCP <6.

SUBUNIDADE 2.

SOFTWARE V1-PRO

- 2.1 Captação, Gravação e Tratamento de Imagens
- 2.2 Observação das imagens do swing
- 2.3 Análise das imagens do swing
- 2.4 Prescrição corretiva

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- . Identificar e descrever as características do software V1-Pro de análise do swing.
- . Diferenciar os procedimentos para gravar e tratar imagens, bem como para analisar imagens com o software V1-Pro específico.
- . Prescrever ações corretivas.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Analisa e identifica os vetores referenciais do swing das imagens gravadas, através do software V1-Pro específico e prescreve as devidas soluções corretivas.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Prova prática - gravação de imagens de um praticante de Golfe, introduzir as mesmas no software V1-Pro e proceder à sua análise, prescrevendo ações corretivas.

SUBUNIDADE 3.**SOFTWARE TRACKMAN**

- 3.1. Captação e Tratamento de Dados
- 3.2. Observação dos Dados
- 3.3. Análise dos Dados do swing
- 3.4. Prescrição corretiva

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- . Identificar e conhecer as características do software Trackman.
- . Guardar e tratar dados.
- . Analisar os dados e relacioná-los com o software V1-Pro específico.
- . Prescrever ações corretivas.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- . Regista em valores numéricos os vetores referenciais do swing no impacto da bola, através do relacionamento do Trackman e do V1-Pro Preparar as devidas soluções corretivas.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- . Prova prática - proceder ao tratamento dos dados de um praticante de Golfe, introduzir as mesmas no software Trackman e proceder à sua análise, fazendo a ligação com o V1-Pro e prescrevendo ações corretivas.

SUBUNIDADE 4.**SOFTWARE SAMPUTTLAB**

- 4.1. Captação e Tratamento de Dados
- 4.2. Observação dos Dados
- 4.3. Análise dos Dados do swing do Putt
- 4.4. Prescrição corretiva



COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e conhecer as características do software SamPuttLab.
- Guardar e tratar dados.
- Analisar os dados.
- Prescrever ações corretivas.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Regista em valores numéricos tudo o que acontece no movimento do putt.
- Prepara e aplica as devidas soluções corretivas.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática - proceder ao tratamento dos dados de um praticante de Golfe, introduzir as mesmas no SamPuttLab e prescrever as ações corretivas.
-



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Planeamento e treino específico do Golfe

GRAU DE FORMAÇÃO_III /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1.PLANEAMENTO DO TREINO JOGADOR PGA	4	4 / 0
Total	4	4 / 0



PLANEAMENTO E TREINO ESPECÍFICO DO GOLFE

SUBUNIDADE 1.

PLANEAMENTO DO TREINO JOGADOR PGA

- 1.1. Antes de 1990
 - 1.1.1. Instrução Técnica
 - 1.1.2. Equipamento
 - 1.1.3. Mental
- 1.2. Depois de 1990
 - 1.2.1. Técnica
 - 1.2.2. Preparação Física / Mental / Emocional
 - 1.2.3. Skills
 - 1.2.4. Equipamento
 - 1.2.5. Estatística
 - 1.2.6. Patrocinadores
 - 1.2.7. Social / Estratégica / Planeamento / Nutrição / Fitting

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Reconhecer e explicar as diferentes componentes do Planeamento de Treino de um Jogador de Golfe Profissional.
- Conhecer o formato e o custo de patrocínios.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Elabora e aplica com clareza todas as componentes do Planeamento de Treino de um Jogador de Golfe Profissional e a correlação entre as mesmas.
- Elabora proposta de apresentação de projeto de patrocínio à sua atividade.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Ao formando é solicitado que apresente uma proposta de planeamento de treino de um jogador candidato à Escola de Qualificação da PGA.
-



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Tecnologia, equipamento e custom fitting

GRAU DE FORMAÇÃO_III /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1.PARAMETRIZAÇÃO DO CUSTOM FITTING	8	0 / 8
Total	8	0 / 8



TECNOLOGIA, EQUIPAMENTO E CUSTOM FITTING

SUBUNIDADE 1.

PARAMETRIZAÇÃO DO CUSTOM FITTING

1.1. Aplicação e ou adaptação dos diferentes parâmetros da construção de Tacos para praticantes avançados:

1.1.1. Cabeça do Taco

1.1.2. Loft

1.1.3. Lie

1.1.4. Comprimento

1.1.5. Pega

1.1.6. Peso

1.1.7. Vareta

1.2. Reparação de tacos

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Reconhecer os parâmetros do Custom Fitting.
- Identificar as características possíveis de serem alteradas, em função das especificações do praticante avançado e das características do fabrico dos tacos.
- Identificar e descrever as diferentes formas de alteração das características do taco de Golfe.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Altera o Lie e o Loft do Taco em função das características do praticante e do fabrico do taco.
- Altera o comprimento do Taco em função das características do praticante avançado e do fabrico do taco.
- Proceda a alterações da Pega do Taco em função das características do praticante avançado e do fabrico do taco.
- Prescreve a flexibilidade da Vareta em função das características do praticante avançado e do fabrico do taco.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática - proceder às alterações do taco do praticante avançado em função das suas características pessoais e do fabrico do taco.
- Prova prática - mudar uma Pega (Grip).
- Prova prática - mudar uma Vareta.
- Prova prática - explicar a forma técnica de aumentar ou diminuir o comprimento do Taco.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Técnicas de Golfe

GRAU DE FORMAÇÃO_III /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1.POSTURA	2	0 / 2
2.STANCE (BASE SUSTENTAÇÃO)	1	0 / 1
3.ALINHAMENTO (JOGADOR DEXTRO)	1	0 / 1
4.POSIÇÃO DA BOLA	1	0 / 1
5.CHIPPING	2	0 / 2
6.PITCHING	2	0 / 2
7.BUNKER (AREIAS)	2	0 / 2
8.JOGAR DA RELVA ALTA	1	0 / 1
9.JOGAR A BOLA MAIS BAIXA QUE OS PÉS	1	0 / 1
10. JOGAR A BOLA MAIS ALTA QUE OS PÉS	1	0 / 1
11. PÉ DA FRENTE MAIS ALTO QUE O DE TRÁS	1	0 / 1
12. PÉ DA FRENTE MAIS BAIXO QUE O DE TRÁS	1	0 / 1
Total	16	0 / 16



TÉCNICAS DE GOLFE

SUBUNIDADE 1.

POSTURA

1.1. Definição do posicionamento de cada um dos segmentos da Postura para diferentes Trajetórias de Bola Baixa e Alta

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e reconhecer as diferentes posições da Postura, em função de determinada Trajetória de Bola Alta ou Baixa.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Corrige um praticante avançado de Golfe definindo com clareza as diferentes posições da Postura, face a determinada Trajetória de Bola Alta ou Baixa.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática - intervir junto de um praticante de Golfe avançado, explicando e corrigindo os erros técnicos detetados nas posições da Postura, tendo em conta uma determinada Trajetória de Bola Alta ou Baixa.

SUBUNIDADE 2.

STANCE (BASE SUSTENTAÇÃO)

2.1. As diferentes posições da Base de Sustentação, para diferentes Trajetórias de Bola Alta ou Baixa

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e reconhecer as diferentes posições da base de sustentação, tendo em conta trajetórias de bola alta e baixa.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Corrige um praticante avançado de Golfe avançado definindo com clareza as diferentes posições da base de sustentação, tendo em conta trajetórias de bola alta e baixa.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática – Intervir junto de um praticante de Golfe avançado, explicando e corrigindo os erros técnicos detetados nas posições da base de sustentação do praticante de Golfe avançado, tendo em conta trajetórias de bola alta e baixa.

SUBUNIDADE 3.

ALINHAMENTO (JOGADOR DEXTRO)

3.1. Os diferentes alinhamentos do plano do Swing, para diferentes trajetórias de bola alta ou baixa

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e reconhecer as diferentes posições do Alinhamento, do praticante de Golfe avançado, tendo em conta a Trajetória de Bola Alta ou Baixa.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Corrige um praticante avançado de Golfe avançado, definindo com clareza as diferentes posições do alinhamento do praticante de Golfe avançado tendo em conta a trajetória de bola alta ou baixa.

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Prova prática – Intervém junto de um praticante de Golfe avançado, explicando e corrigindo os erros técnicos detetados nas posições do alinhamento, tendo em conta a trajetória de bola alta ou baixa.

SUBUNIDADE 4.

POSIÇÃO DA BOLA

- 4.1. As diferentes posições da bola face ao “Stance” do jogador, para diferentes trajetórias de bola alta ou baixa

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e reconhecer as diferentes posições da bola em função do Taco de Golfe num jogador avançado, tendo em conta a trajetória de bola alta ou baixa.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Corrige um praticante avançado de Golfe avançado definindo com clareza as diferentes posições da bola em função do taco de Golfe, tendo em conta a trajetória de bola alta ou baixa.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática - Intervir junto de um praticante de Golfe avançado, explicando e corrigindo os erros técnicos detetados nas posições da bola em função do Taco de Golfe, tendo em conta a trajetória de bola alta ou baixa.

SUBUNIDADE 5.

CHIPPING

5.1. “Chip”

- 5.1.1. Definição das diferentes técnicas de Chip tendo em conta a velocidade de rolamento da bola no Green
- 5.1.2. Spins Laterais
- 5.1.3. Método de Troca da Posição da Bola (MTB)
- 5.1.4. Método de Troca da Pontaria (MTP)

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e reconhecer as diferentes características do Chipping e as condições de jogo em que deve ser utilizado em função velocidade de rolamento da bola no Green e do seu declive.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Corrige um praticante de Golfe de HCP <6, definindo com clareza as diferentes técnicas do Chipping, utilizando também a técnica de Putt, em função da velocidade de rolamento da bola no Green.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática – Intervir junto de um praticante de Golfe de HCP <6, explicando e corrigindo os erros técnicos detetados na execução do Chipping utilizando também a técnica de Putt, em função da velocidade de rolamento da bola no Green e dos seus declives.



SUBUNIDADE 6.

PITCHING

6.1. “Pitching”

- 6.1.1. Definição da Técnica de Pitching tendo em conta Greens rápidos
- 6.1.2. Método de Modificação do Loft (MMS)
- 6.1.3. Método de Modificação da Pontaria (MMP)
- 6.1.4. Controlo de Distâncias

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e reconhecer as diferentes características do Pitching e as condições de jogo em que deve ser utilizado em função da velocidade de rolamento da bola no Green.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Corrige um praticante de Golfe avançado, definindo com clareza as diferentes técnicas do Pitching em função da velocidade de rolamento da bola no Green.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática – Intervir junto de um praticante de Golfe avançado, explicando e corrigindo os erros técnicos detetados na execução do Pitching em função da velocidade de rolamento da bola no Green.

SUBUNIDADE 7.

BUNKER (AREIAS)

7.1 “Sand” (Areias)

- 7.1.1 Definição da Técnica de Bunker Shot para distâncias médias e longas
- 7.1.2 Spins Laterais
- 7.1.3 Amplitude do Swing

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e reconhecer as diferentes características do Bunker Shot para diferentes colocações da Bandeira
- Identificar e reconhecer as diferentes características do Bunker Shot para distâncias médias e longas.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Corrige um praticante de Golfe de HCP <6, definindo com clareza as diferentes técnicas do Bunker Shot, para distâncias médias e longas
- Corrige um praticante de Golfe de HCP <6, definindo com clareza as diferentes técnicas do Bunker Shot, de acordo com diferentes posições da Bandeira.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática – Intervir junto de um praticante de Golfe de HCP <6, explicando e corrigindo os erros técnicos detetados na execução do Bunker Shot, para distâncias médias e longas e para diferentes posições da Bandeira no Green.



SUBUNIDADE 8.

JOGAR DA RELVA ALTA

- 8.1 Procedimentos a ter em conta na pancada para diferentes distâncias, com a bola posicionada em relva alta
- 8.2 Utilização de vários Tacos e de “pancadas”

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Características da situação de bola em relva alta, para diferentes distâncias.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Corrige um praticante avançado de Golfe, definindo com clareza as diferentes técnicas, características da situação de bola em relva alta para diferentes distâncias.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática – Intervir junto de um praticante de Golfe avançado, explicando e corrigindo os erros técnicos detetados na execução da situação de bola em relva alta para diferentes distâncias.

SUBUNIDADE 9.

JOGAR A BOLA MAIS BAIXA QUE OS PÉS – JOGADOR DE HCP <6

- 9.1 Procedimentos a ter em conta na pancada para várias distâncias, com a bola posicionada mais baixa que os pés
- 9.2 Diferentes trajetórias de bola

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e reconhecer as características da situação de bola mais baixa que os pés para diferentes distâncias.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Corrige um praticante de Golfe avançado definindo com clareza as diferentes técnicas, características da situação de bola mais baixa que os pés, para diferentes distâncias.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática – Intervir junto de um praticante de Golfe avançado, explicando e corrigindo os erros técnicos detetados na execução da situação de bola mais baixa que os pés, para diferentes distâncias.

SUBUNIDADE 10.

JOGAR A BOLA MAIS ALTA QUE OS PÉS – JOGADOR DE HCP <6

- 10.1 Procedimentos a ter em conta na pancada para várias distâncias, com a bola posicionada mais alta que os pés
- 10.2 Diferentes trajetórias de bola

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e reconhecer as características da situação de bola mais alta que os pés, para diferentes distâncias.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Corrigir um praticante de Golfe avançado definindo com clareza as diferentes técnicas, características da situação de bola mais alta que os pés, para diferentes distâncias.

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Prova prática – Intervir junto de um praticante de Golfe avançado, explicando e corrigindo os erros técnicos detetados na execução da situação de bola mais alta que os pés, para diferentes distâncias.

SUBUNIDADE 11.**PÉ DA FRENTE MAIS ALTO QUE O DE TRÁS – JOGADOR DE HCP <6**

- 11.1 Procedimentos a ter em conta na pancada para várias distâncias, com a bola posicionada com o pé da frente mais alto que o de trás
- 11.2 Diferentes trajectórias de bola

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e reconhecer as características da situação de bola em que o pé da frente está mais alto que o de trás, para diferentes distâncias.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Corrige um praticante de Golfe avançado definindo com clareza as diferentes técnicas características da situação de bola em que o pé da frente está mais alto que o de trás, para diferentes distâncias.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática – Intervir junto de um praticante de Golfe avançado, explicando e corrigindo os erros técnicos detetados na execução da situação de bola em que o pé da frente está mais alto que o de trás para diferentes distâncias.

SUBUNIDADE 12.**PÉ DA FRENTE MAIS BAIXO QUE O DE TRÁS – JOGADOR DE HCP <6**

- 12.1 Procedimentos a ter em conta na pancada para várias distâncias, com a bola posicionada com o pé da frente mais baixo que o de trás
- 12.2 Diferentes trajectórias de bola

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e reconhecer as características da situação de bola em que o pé da frente está mais baixo que o de trás para diferentes distâncias.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Corrige um praticante de Golfe avançado definindo com clareza as diferentes técnicas características da situação de bola em que o pé da frente está mais baixo que o de trás, para diferentes distâncias.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Prova prática – Intervir junto de um praticante de Golfe avançado, explicando e corrigindo os erros técnicos detetados na execução da situação de bola em que o pé da frente está mais baixo que o de trás, para diferentes distâncias.



UNIDADE DE FORMAÇÃO/

Prática de jogo de campo

GRAU DE FORMAÇÃO_III /

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS/PRÁTICAS (H)
1. ORGANIZAÇÃO DO JOGO – TREINO III	38	1 / 37
2. PRÁTICA PEDAGÓGICA III	3	1 / 2
3. DEMONSTRAÇÃO TÉCNICA III	3	0 / 3
Total	44	2 / 42



PRÁTICA DE JOGO DE CAMPO

SUBUNIDADE 1.

ORGANIZAÇÃO DO JOGO – TREINO III

- 1.1. Estratégia do jogo de acordo com o “layout” do campo a jogar
- 1.2. Preparação do jogo-treino
- 1.3. Plano de treino
- 1.4. Recolha, registo e análise dos dados estatísticos
- 1.5. Replanificação do plano de treino
- 1.6. Tabelas de distâncias em $\frac{3}{4}$ e $\frac{1}{2}$ do swing completo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e reconhecer os parâmetros a ter em conta na preparação do jogo, face ao “layout” e “Course Rating” do campo em causa.
- Elaborar uma Matriz de registo de dados.
- Analisar dados estatísticos.
- Alterar procedimentos de treino de acordo com a estratégia a utilizar em cada volta do jogo em causa.
- Identificar a Tabela de Distâncias para $\frac{3}{4}$ e $\frac{1}{2}$ do Swing.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Reconhece claramente as diferentes dificuldades do campo, nomeadamente ao posicionamento dos obstáculos, de acordo com o “layout” do campo.
- Regista corretamente os dados do jogo-treino.
- Analisa os dados de forma neutra e define a estratégia do jogo-treino seguinte.
- Altera a planificação do treino, face aos dados recolhidos.
- Conhece as distâncias médias para $\frac{3}{4}$ e $\frac{1}{2}$ do Swing.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Registo de dados durante a execução de:
 - 4 x 9 buracos;
 - 5 x 18 buracos.
- Colocação correta da bola no “fairway”, “Green Regulation”, Sand Savers, Up &Downs e Chips & Putters.

SUBUNIDADE 2.

PRÁTICA PEDAGÓGICA III

- 2.1. Preparação de uma sessão prática
- 2.2. Observação do praticante de HCP <6
- 2.3. Identificação dos erros do pré-swing e swing de praticante de HCP <6
- 2.4. Intervenção pedagógica – Feedbacks
- 2.5. Prescrição de exercícios
- 2.6. Avaliação

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Preparar adequadamente espaços e os materiais auxiliares de ensino e treino.
- Observar o praticante de HCP <6, utilizando a sequência da observação de deteção de erros, prevista no “Modelo de Ensino”.
- Dar Feedbacks adequados.
- Prescrever exercícios corretivos de acordo com os erros técnicos detetados.
- Proceder à avaliação dos resultados.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Prepara o espaço e materiais auxiliares de ensino e treino de acordo com a sessão prática.
- Observa o praticante de HCP <6, utilizando a sequência da observação de deteção de erros, segundo o “Modelo de Ensino”.
- Dá Feedbacks adequados e positivos.
- Prescreve exercícios corretivos de acordo com os erros técnicos detetados.
- Proceder à avaliação dos resultados conjuntamente com o praticante.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Avaliação da intervenção do formando através de uma ficha de observação com os parâmetros pré-definidos.

SUBUNIDADE 3.

DEMONSTRAÇÃO TÉCNICA III

- 3.1. Execução de trajetórias de bola em diferentes “lies”
- 3.2. Controlo da Face do Taco de acordo com a trajetória de bola selecionada
- 3.3. Controlo do Plano de Swing de acordo com a trajetória de bola selecionada

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar as características das trajetórias de bola em diferentes “lies”.
- Reconhecer as causas e efeitos técnicos das trajetórias de bola.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica as características das trajetórias de bola em diferentes “lies”.
- Explica com clareza as causas e os efeitos técnicos de cada trajetória de bola.

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Avaliação da execução do Formando através de uma ficha de observação com os parâmetros pré-definidos.



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.