

Referenciais de Formação

COMPONENTE

ESPECÍFICA

GRAU III

BASQUETEBOL

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE BASQUETEBOL

VERSÃO
2020



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.

AUTOR: Federação Portuguesa de Basquetebol
EDIÇÃO: Instituto Português do Desporto e Juventude, I. P. - 2021
COORDENAÇÃO: Departamento de Formação e Qualificação
PAGINAÇÃO: BrunoBate-DesignStudio

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	5
B. Unidades de Formação	7
1. FUNDAMENTOS DO TREINO DE ALTO RENDIMENTO	8
2. OBSERVAÇÃO E ANÁLISE DO JOGO	11
3. DETEÇÃO DE TALENTOS	13
4. ANÁLISE E TENDÊNCIAS DO DESENVOLVIMENTO DO BASQUETEBOL ATUAL	15
5. TÁTICA COLETIVA OFENSIVA (TCO)	16
6. TÁTICA COLETIVA DEFENSIVA (TCD)	25
7. DIREÇÃO E EXERCÍCIOS DE JOGO	36
8. COORDENAÇÃO/DIREÇÃO TÉCNICA	38
9. ANÁLISE DA PERFORMANCE EM BASQUETEBOL	40
10. PREPARAÇÃO DESPORTIVA EM BASQUETEBOL	41
11. TREINO ESPECÍFICO INDIVIDUAL	43
12. REGRAS DE JOGO	45
C. Organização da Formação	46
1. REQUISITOS ESPECÍFICOS DE ACESSO	47
2. CONDIÇÕES LOGÍSTICAS	47

A. Preâmbulo



A. 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 idêntica 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

Grau III

UNIDADES DE FORMAÇÃO	HORAS
1. FUNDAMENTOS DO TREINO DE ALTO RENDIMENTO	16h
2. OBSERVAÇÃO E ANÁLISE DO JOGO	8h
3. DETEÇÃO DE TALENTOS	2h
4. ANÁLISE E TENDÊNCIAS DO DESENVOLVIMENTO DO BASQUETEBOL ATUAL	2h
5. TÁTICA COLETIVA OFENSIVA (TCO)	27h
6. TÁTICA COLETIVA DEFENSIVA (TCD)	26h
7. DIREÇÃO E EXERCÍCIOS DE JOGO	3h
8. COORDENAÇÃO/DIREÇÃO TÉCNICA	2h
9. ANÁLISE DA PERFORMANCE EM BASQUETEBOL	4h
10. PREPARAÇÃO DESPORTIVA EM BASQUETEBOL	5h
11. TREINO ESPECÍFICO INDIVIDUAL	3h
12. REGRAS DE JOGO	2h
Total	100h

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

1. Fundamentos do treino de alto rendimento

GRAU DE FORMAÇÃO_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
1.1. INFORMAÇÕES E FUNCIONAMENTO DA FPB/ENB	2h	2h/0
1.2. O TREINADOR DE GRAU III NO CONTEXTO DO BASQUETEBOL NACIONAL	1h	1h/0
1.3. CONCEITOS E MÉTODOS DO TREINO TÁTICO-ESTRATÉGICO	2h	2h/0
1.4. CONSTRUÇÃO E DIREÇÃO DE TAREFAS DE TREINO	8h	2h/6h
1.5. NOVAS TECNOLOGIAS EM BASQUETEBOL	3h	3h/0
Total	16h	10h/6h

SUBUNIDADE 1.

1.1. Informações e funcionamento da FPB/ENB

- 1.1.1. Apresentação da estrutura administrativa da FPB e respetivo organograma
- 1.1.2. Definição da estrutura técnica da FPB
- 1.1.3. Definição e orientações técnicas/administrativas da ENB
- 1.1.4. Apresentação da estrutura administrativa da FIBA

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Interpretar a estrutura administrativa da FPB
- Identificar a estrutura técnica da FPB
- Identificar a estrutura técnica da ENB
- Identificar a estrutura administrativa da FIBA

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Interpreta as diferentes estruturas administrativas FPB
- Identifica a estrutura técnica da FPB
- Identifica a estrutura técnica da ENB
- Identifica a estrutura administrativa da FIBA

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Questionamento oral/escrito

SUBUNIDADE 2.

1.2. O treinador de Grau III no contexto do basquetebol nacional

- 1.2.1. Definição do perfil profissional do treinador de basquetebol de grau III e os domínios pluridisciplinares exigidos para a sua atividade
- 1.2.2. Definição das competências e saberes que devem dominar

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar as etapas de prática do desenvolvimento do praticante de alto rendimento

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica as etapas de prática do desenvolvimento do praticante de alto rendimento

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Questionamento oral/escrito

SUBUNIDADE 3.

1.3. Conceitos e métodos do treino tático-estratégico

- 1.3.1. A dimensão tática como o fator específico do treino
- 1.3.2. A técnica, a tática e a estratégia. Características e conceitos
- 1.3.3. A noção de treino integrado
- 1.3.4. Métodos e princípios do treino dos conteúdos técnico-táticos

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar o conceito e a importância da tática como elemento determinante do treino
- Relacionar os conceitos de técnica, tática e estratégia
- Identificar a noção de treino integrado
- Interpretar os métodos e princípios do treino dos conteúdos técnico-táticos aplicando-os ao treino de basquetebol

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Descreve os fatores da eficácia da ação do treinador no contexto de equipas profissionais
- Relaciona a importância da imagem do treinador com os domínios da motivação e da organização do clube
- Relaciona a hierarquia da definição de objetivos com a sua avaliação
- Descreve os fatores que caracterizam o exercício da liderança do treinador de equipas profissionais

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Questionamento oral/escrito

SUBUNIDADE 4.

1.4. Construção e direção de tarefas de treino

- 1.4.1. Bases metodológicas para a construção das tarefas de treino/exercícios
- 1.4.2. Condução e controlo das tarefas/exercícios de treino
- 1.4.3. Planeamento de uma unidade de treino, definição do tema ou temas principais da unidade de treino, os métodos didáticos, a comunicação e o papel dos diferentes elementos da equipa técnica

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar as bases metodológicas definidas para a construção de tarefas de treino
- Identificar critérios de eficácia de treinador para o controlo e condução das situações
- Descrever os fundamentos de construção dos exercícios no plano efetuado
- Identificar os critérios da sua ação técnica no controlo e na condução do episódio de treino

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Descreve os fatores que condicionam a formação de equipas profissionais dirigidas para o alto rendimento
- Descreve os papéis, as características do seu relacionamento e as responsabilidades dos elementos do corpo técnico
- Identifica dinâmicas e formas de funcionamento possíveis entre os membros constituintes de equipas de rendimento
- Aplica os fundamentos metodológicos dos princípios do treino de tarefas técnico-táticas
- Aplica as bases metodológicas da construção de tarefas/exercícios de treino

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Questionamento oral/escrito

SUBUNIDADE 5.

1.5. Novas tecnologias em Basquetebol

- 1.5.1. A importância das ferramentas digitais e das redes sociais para o trabalho do treinador
- 1.5.2. Ferramentas digitais para a preparação de caderno de jogadas, caderno de exercícios e de planos de preparação
- 1.5.3. Ferramentas digitais para a realização de scouting individual e coletivo

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reconhecer a importância da utilização de ferramentas digitais no basquetebol de rendimento • Identificar ferramentas digitais de comunicação e ferramentas de auxílio à preparação da equipa • Conhecer as vantagens, efeitos e riscos da utilização das redes sociais 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstra compreender a importância da utilização de ferramentas digitais no basquetebol • Evidencia capacidade de utilizar uma ferramenta digital no âmbito da preparação da equipa • Discute e demonstra atitude crítica relativamente ao uso das redes sociais para o treino em basquetebol
<p>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Questionamento oral/escrito 	

PERFIL DO FORMADOR

FORMAÇÃO MÍNIMA: Treinador com TPTD de Grau III de Basquetebol, com um mínimo 10 anos de experiência de treinador, nos escalões de sub 18/sub 19 ou seniores, em competições oficiais da FPB ou outras reconhecidas pela FPB.

CONSTITUINDO-SE COMO FATORES MAJORANTES: Formador com experiência na formação de treinadores de basquetebol, nomeadamente: Formador em cursos de treinador de basquetebol; formador em ações de formação contínua de basquetebol - Clinics; experiência na coordenação e direção técnica desportiva em Alto Rendimento – Ligas, seleções nacionais, Federações desportivas.

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

2. Observação e análise do jogo

GRAU DE FORMAÇÃO_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
2.1. SCOUTING/OBSERVAÇÃO DO JOGO	1h	1h/0
2.2. SELEÇÃO, TRANSMISSÃO E APLICAÇÃO DA INFORMAÇÃO PROVENIENTE DA OBSERVAÇÃO DO JOGO	3h	3h/0
2.3. APLICAÇÃO E CONSTRUÇÃO DE FICHAS DE OBSERVAÇÃO E SCOUTING	4h	0/4h
Total	8h	4h/4h

SUBUNIDADE 1.

2.1. Scouting/Observação do jogo

- 2.1.1. A importância do *scouting*
- 2.1.2. As fases e fontes de recolha de informação para a realização do *scouting*
- 2.1.3. A observação da equipa adversária e da própria equipa: critérios para a observação do ataque e para a observação da defesa
- 2.1.4. A observação dos jogadores: critérios para o *scouting* individual

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Interpretar a importância do *scouting* no basquetebol de rendimento
- Distinguir as fontes e as fases de recolha de informação possíveis de controlar na realização do *scouting*
- Identificar os critérios de observação individuais e coletivos de observação do adversário e da própria equipa

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Descreve a importância, as fases e as fontes de informação que o treinador tem ao alcance para a observação do jogo
- Descreve os critérios de observação de ataque e da defesa normalmente usados para a realização do *scouting*
- Descreve os critérios de observação para a caracterização individual dos jogadores

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Elaboração de trabalho de observação e realização de um plano de jogo com base numa situação simulada de preparação

SUBUNIDADE 2.

2.2. Seleção, transmissão e aplicação da informação proveniente da observação do jogo

- 2.2.1. A análise da informação recolhida e definição de estratégia
- 2.2.2. A relação *scouting*/treino
- 2.2.3. A relação *scouting*/jogador/equipa
- 2.2.4. O *scouting* e a direção do jogo: Formulação do plano de jogo

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Interpretar a utilidade de informação recolhida no sentido de lhe oferecer uma reflexão estratégica • Relacionar a ação de <i>scouting</i> com o trabalho desenvolvido em treino, dirigido para o jogador e para a equipa • Relacionar o <i>scouting</i> com a direção do jogo 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstra a utilidade estratégica da informação recolhida através do <i>scouting</i> numa perspetiva de preparação e competição • Demonstra a relação entre a informação recolhida e o processo de preparação do treino, de transmissão aos jogadores e à equipa no seu todo
<p>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaboração de trabalho de observação e realização de um plano de jogo com base numa situação simulada de preparação 	

SUBUNIDADE 3.

2.3. Aplicação e construção de fichas de observação e *scouting*

2.3.1. Construção de duas fichas de observação dirigidas para o *scouting* de uma equipa: observação do ataque e da defesa

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Preparar fichas de observação dirigidas para a observação do ataque e da defesa de determinadas partes de um jogo • Diagnosticar, registando, através de vídeo os comportamentos que efetivamente pretende observar 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Desenvolve uma ficha de <i>scouting</i> para o ataque e para a defesa com base na informação transmitida • Pratica a observação do jogo usando a ficha de observação desenvolvida com vista a caracterizar coletivamente a equipa observada
<p>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Elaboração de trabalho de observação e realização de um plano de jogo com base numa situação simulada de preparação 	

PERFIL DO FORMADOR

FORMAÇÃO MÍNIMA: Treinador com TPTD de Grau III de Basquetebol, com um mínimo 10 anos de experiência de treinador, nos escalões de sub 18/sub 19 ou seniores, em competições oficiais da FPB ou outras reconhecidas pela FPB.

CONSTITUINDO-SE COMO FATORES MAJORANTES: Formador com experiência na formação de treinadores de basquetebol, nomeadamente: Formador em cursos de treinador de basquetebol; formador em ações de formação contínua de basquetebol - Clinics; experiência na coordenação e direção técnica desportiva em Alto Rendimento – Ligas, seleções nacionais, Federações desportivas.

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

3. Deteção de talentos

GRAU DE FORMAÇÃO_ III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
3.1. CARACTERIZAÇÃO GENÉRICA DO TALENTO NO BASQUETEBOL ATUAL	1h	1h/0
3.2. INDICADORES METODOLÓGICOS DE DETEÇÃO E SELEÇÃO DE TALENTOS	1h	1h/0
Total	2h	2h/0

SUBUNIDADE 1.

3.1. Caracterização genérica do talento no basquetebol atual

- 3.1.1. A noção do talento aplicada ao basquetebol
- 3.1.2. Deteção, seleção e acompanhamento dos talentos três conceitos distintos em torno da mesma problemática
- 3.1.3. As fases do desenvolvimento dos jogadores: caracterização do treino em cada nível de prática do basquetebol formal e perfil do jogador de interesse

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar o conceito de talento desportivo, diferenciando, os conceitos básicos que lhe estão associados, aplicando-os ao basquetebol
- Descrever as fases de desenvolvimento dos jovens jogadores e a forma como o treino lhes deve ser dirigido

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Relaciona as suas propostas táticas com as diversas fases do desenvolvimento do talento
- Demonstra clareza na forma como descreve os diversos conteúdos do treino em função do nível de prática dos jogadores e, conseqüentemente, das fases de desenvolvimentos dos talentos

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Discussão oral durante apresentação de trabalhos de campo/teste escrito
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 2.

3.2. Indicadores metodológicos de deteção e seleção de talentos

- 3.2.1. Descrição dos indicadores metodológicos mais apropriados para a deteção e seleção de jovens jogadores
- 3.2.2. O conceito de especialização precoce aplicado ao basquetebol
- 3.2.3. O *drop-out* ou o abandono desportivo do talento
- 3.2.4. O processo de desenvolvimento do talento como um processo de longo prazo: exemplos práticos e discussão

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identifica os diferentes indicadores metodológicos para a deteção e seleção de talentos para o basquetebol • Descreve o conceito de especialização precoce e de drop-out, aplica-o ao basquetebol, reconhecendo a sua problemática • Interpreta, discutindo a problemática da deteção de talentos no domínio da modalidade 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Relaciona o interesse de conhecer vários indicadores e métodos de determinação de um talento para o desenvolvimento da formação de jogadores • Desenvolve uma atitude de reflexão crítica quanto à problemática da especialização precoce e do abandono com o processo de treino e o papel do treinador • Discute e demonstra atitude crítica relativamente a casos práticos e aplicações
<p>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Discussão oral durante apresentação de trabalhos de campo/teste escrito • Trabalhos de grupo realizados durante o curso 	

<p>PERFIL DO FORMADOR</p>	<p>FORMAÇÃO MÍNIMA: Treinador com TPTD de Grau III de Basquetebol, com um mínimo 10 anos de experiência de treinador, nos escalões de sub 18/sub 19 ou seniores, em competições oficiais da FPB ou outras reconhecidas pela FPB.</p> <p>CONSTITUINDO-SE COMO FATORES MAJORANTES: Formador com experiência na formação de treinadores de basquetebol, nomeadamente: Formador em cursos de treinador de basquetebol; formador em ações de formação continua de basquetebol - Clinics; experiência na coordenação e direção técnica desportiva em Alto Rendimento – Ligas, seleções nacionais, Federações desportivas.</p>
----------------------------------	---

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

4. Análise e tendências do desenvolvimento do Basquetebol atual

GRAU DE FORMAÇÃO_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
4.1. ANÁLISE E TENDÊNCIAS DO DESENVOLVIMENTO DO BASQUETEBOL ANUAL	2h	2h/0
Total	2h	2h/0

SUBUNIDADE 1.

4.1. Novas tecnologias em Basquetebol

- 4.1.1. A atualidade do jogo
- 4.1.2. A realidade do Basquetebol em Portugal – aspetos críticos
- 4.1.3. Ideias base para o desenvolvimento dos modelos de jogo, de preparação e de jogador

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Descrever as características do jogo de alto nível na atualidade do basquetebol europeu e mundial
- Discutir o nível de jogo praticado no enquadramento do basquetebol português
- Relacionar a atualidade do jogo com perspetivas de desenvolvimento no futuro
- Distinguir o modelo de jogo, preparação e de jogador

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Emprega o conhecimento das tendências da evolução da modalidade no domínio dos conteúdos específicos desenvolvidos ao longo do curso
- Demonstra uma atitude crítica relativamente à tendência evolutiva do Basquetebol

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupos realizados durante o curso

PERFIL DO FORMADOR

FORMAÇÃO MÍNIMA: Treinador com TPTD de Grau III de Basquetebol, com um mínimo 5 anos de experiência de treinador, nos escalões de sub 18/sub 19 ou seniores, em competições oficiais da FPB ou selecionador nacional ou outras reconhecidas pela FPB.
CONSTITUINDO-SE COMO FATORES MAJORANTES: Formador com experiência na formação de treinadores de basquetebol, nomeadamente: certificação de formador em ação de formação de formadores de treinador de grau II realizada pela FPB/ENB; formador em ações de formação contínua de basquetebol - Clinics; experiência na coordenação e direção técnica desportiva.

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

5. Tática Coletiva Ofensiva (TCO)

GRAU DE FORMAÇÃO_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
5.1. TCO1 – ATAQUE CONTRA DEFESAS INDIVIDUAIS (HXH)	0h30	0h30/0
5.2. TCO1 – CONCEITOS DE ATAQUE CONTRA DEFESAS HXH	5h	0/5h
5.3. TCO1 – METODOLOGIA DO TREINO DE ATAQUE	3h	0/3h
5.4. TCO2 – ATAQUE CONTRA DEFESAS ZONA	0h30	0h30/0
5.5. TCO2 – APLICAÇÃO DOS CONCEITOS OFENSIVOS AOS DIVERSOS TIPOS DE DEFESA ZONA	3h	0/3h
5.6. TCO2 – METODOLOGIA DO TREINO DO ATAQUE CONTRA ZONA	2h	0/2h
5.7. TCO3 – O CONTRA-ATAQUE	0h30	0h30/0
5.8. TCO3 – METODOLOGIA DO TREINO DO CONTRA-ATAQUE	2h	0/2h
5.9. TCO4 – ATAQUE CONTRA DEFESAS MISTAS E ALTERNÂNCIAS DEFENSIVAS	0h30	0h30/0
5.10. TCO4 – PRESSUPOSTOS, CONCEITOS E METODOLOGIA DO TREINO DE ATAQUE CONTRA DEFESAS MISTAS E ALTERNÂNCIAS DEFENSIVAS	2h	0/2h
5.11. TCO5 – ATAQUE CONTRA DEFESAS PRESSIONANTES	2h30	0h30/2h
5.12. TCO6 – SITUAÇÕES ESPECIAIS EM ATAQUE	3h	1h/2h
5.13. TCO7 – RESSALTO OFENSIVO	2h30	0h30/2h
Total	27h	4h/23h

SUBUNIDADE 1.

5.1. TCO1 - Ataque contra defesas individuais (HxH)

- 5.1.1. Introdução e generalidades relativas à construção do ataque em equipas de rendimento – aspetos filosóficos da construção do ataque
- 5.1.2. Fatores condicionantes da eficácia ofensiva
- 5.1.3. Conceitos básicos e gerais em ataque

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os aspetos críticos que caracterizam o ataque no basquetebol de rendimento
- Descrever os fatores condicionantes e os conceitos básicos do ataque
- Relacionar os conceitos do ataque com as condicionantes da eficácia

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Articula os conceitos na construção dos movimentos ofensivos solicitados na avaliação do curso
- Demonstra o domínio dos conceitos e dos fatores que os condicionam na forma como explica e descreve propostas táticas apresentadas

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupos realizados durante o curso

SUBUNIDADE 2.

5.2. TCO1 - Conceitos de ataque contra defesas HxH

- 5.2.1. Caracterização dos diferentes alinhamentos de entrada no ataque de posição
- 5.2.2. A preparação, desenvolvimento e finalização do ataque de posição
- 5.2.3. Aplicação dos conceitos básicos em situações concretas de ataque de posição contra defesas individuais: movimentos da bola, movimentos sem bola, a utilização do bloqueio diretos e a utilização de bloqueios indiretos
- 5.2.4. Leitura e tomada de decisão como fundamento da ação individual e coletiva da construção do ataque

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar as diferentes formas de entrada no ataque de posição
- Diagnosticar cada uma das fases de construção do ataque
- Relacionar os conceitos básicos com as fases de construção do ataque de posição

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Demonstra a aplicação dos conceitos básicos do ataque nos trabalhos apresentados
- Interpreta os conceitos básicos de prática propostas sempre da função da dinâmica, neste caso, da função defensiva
- Desenvolve uma atitude de reflexão crítica em relação aos conceitos, à sua aplicação na fase de construção do ataque nos diversos alinhamentos possíveis

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 3.

5.3. TCO1 - Metodologia do treino de ataque

- 5.3.1. Fatores condicionantes da seleção dos movimentos ofensivos para o ataque contra defesas HxH
- 5.3.2. Aspetos metodológicos da construção e do treino dos movimentos ofensivos
- 5.3.3. Apresentação de exemplos práticos focalizados a situações reais
- 5.3.4. Aplicação em contexto de prática, em treino, dos movimentos ofensivos para o ataque contra defesas HXH

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os diversos fatores condicionantes com a escolha de soluções táticas para o ataque
- Distinguir os aspetos metodológicos fundamentais do treino de ataque
- Identificar com os companheiros a forma de mobilizar discussões participadas sobre as propostas de trabalho

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Relaciona os fatores condicionantes da seleção de propostas ofensivas com os conceitos básicos
- Aplica os princípios metodológicos na construção de exercícios para o treino das suas propostas táticas
- Aplica as soluções táticas preparadas de forma a conceber uma atitude de reflexão crítica face aos conteúdos do jogo

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação contínua de três parâmetros:
 - Participação
 - Assiduidade
 - Atitude perante a prática
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 4.

5.4. TCO2 - Ataque contra defesas zona

- 5.4.1. Fatores de eficácia do ataque contra defesas zona
- 5.4.2. Filosofia subjacente ao ataque contra defesas zona: ataques universais vs. ataque específicos para cada tipo de zona
- 5.4.3. Conceitos básicos para o ataque contra zona

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os aspetos críticos que caracterizam o ataque contra zona no basquetebol de rendimento
- Descrever os fatores condicionantes e os conceitos básicos do ataque contra defesas zona
- Distinguir os conceitos de ataque contra defesas zona e as condicionantes da sua eficácia

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Articula os conceitos na construção dos movimentos ofensivos contra zona
- Demonstra o domínio dos conceitos e dos fatores que os condicionam

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 5.

5.5. TCO2 - Aplicação dos conceitos ofensivos aos diversos tipos de defesa zona

- 5.5.1. O ataque às defesas zona de frente par
- 5.5.2. O ataque às defesas zona de frente ímpar
- 5.5.3. Aplicação dos conceitos básicos em situações concretas de ataque de posição contra defesas zona: o movimento sem bola, o movimento da bola, a divisão da defesa, os cortes para os buracos da zona, a utilização de bloqueios diretos e indiretos, a relação fora-dentro e dentro-fora e a ida ao ressalto ofensivo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Associar os conceitos básicos a cada uma das formas da defesa zona
- Diagnosticar os pontos frágeis e fortes de cada uma das defesas, para numa perspetiva ofensiva conceber o seu ataque

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Desenvolve uma atitude de reflexão crítica em relação aos conceitos e à sua aplicação
- Demonstra a aplicação dos conceitos básicos do ataque na construção das soluções propostas
- Interpreta os conceitos básicos nas situações de prática em função da oposição defensiva

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 6.

5.6. TCO2 - Metodologia do treino do ataque contra zona

- 5.6.1. Fatores condicionantes da seleção dos movimentos ofensivos para o ataque contra defesas zona
- 5.6.2. Aspetos metodológicos da construção e do treino dos movimentos ofensivos contra zona
- 5.6.3. Apresentação de exemplos práticos focalizados em situações reais
- 5.6.4. Aplicação em contexto de prática, em treino, dos movimentos ofensivos para o ataque contra defesas zona

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Distinguir os diversos fatores condicionantes da escolha de propostas táticas para o ataque às defesas zona
- Identificar os aspetos metodológicos fundamentais do treino do ataque contra as defesas zona
- Identificar com os companheiros a forma de mobilizar discussões participadas sobre as propostas de trabalho

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Aplica os fatores condicionantes da seleção de propostas com os conceitos básicos do ataque contra zona
- Aplica os princípios metodológicos na construção de exercícios para o treino
- Aplica as soluções táticas adequadas de forma a conceber uma atitude de reflexão crítica face aos conteúdos do jogo

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação continua de três parâmetros:
 - Participação
 - Assiduidade
 - Atitude perante a prática
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 7.

5.7. TCO3 – O contra-ataque

- 5.7.1. Importância e implicações do contra-ataque no modelo de jogo de uma equipa de rendimento
- 5.7.2. Os fatores de eficácia do contra-ataque
- 5.7.3. Conceitos básicos e diferenciação de papéis
- 5.7.4. As diferentes situações de realização do contra-ataque e os momentos (fases) que nele se podem definir
- 5.7.5. O contra-ataque após cesto sofrido, a noção de “chegar jogando”, os ataques de transição e a ligação do contra-ataque para o ataque de posição

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar a importância e os fatores de eficácia do contra-ataque no basquetebol atual
- Descrever os conceitos básicos, as situações de oportunidade de contra-ataque e os diversos momentos que o podem constituir
- Distinguir as diferentes formas de ligação do contra-ataque aos processos de transição para o ataque de posição

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Usa os conceitos transmitidos em favor do desenvolvimento dos processos táticos que propõe
- Relaciona os conceitos fundamentais do contra-ataque com os sistemas de jogo utilizados nos trabalhos a desenvolver ao longo do curso

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 8.

5.8. TCO3 – Metodologia do treino do contra-ataque

- 5.8.1. Aspectos metodológicos do treino do contra-ataque
- 5.8.2. O treino dos três grandes momentos do contra-ataque: o início, o desenvolvimento e a finalização
- 5.8.3. O treino das situações de superioridade numérica com especial ênfase para o 4x3 e o 5x4
- 5.8.4. A ligação do contra-ataque e a sua incorporação nos diversos sistemas de transição para o ataque de posição
- 5.8.5. Aplicação em contexto de prática, em treino, dos movimentos ofensivos para o contra-ataque

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Interpretar os pressupostos metodológicos do treino do contra-ataque
- Distinguir os três momentos de realização do contra-ataque perspetivando soluções para o seu treino
- Identificar soluções para as diferentes formas de decisão do contra-ataque assim como a sua ligação para o jogo posicional em 5x5
- Identificar com os companheiros a forma a mobilizar discussões participadas sobre as suas propostas de trabalho

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Aplica os aspetos metodológicos do treino do contra-ataque nas situações de exercício utilizadas para o efeito
- Elabora situações de exercício para o treino dos diversos momentos do contra-ataque com objetivos claros
- Demonstra a relação entre as soluções de finalização do contra-ataque e a sua transição para o jogo posicional no enquadramento das soluções táticas que propõe
- Aplica as soluções táticas preparadas de forma a conceber uma atitude de reflexão crítica face aos conteúdos do jogo

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação continua de três parâmetros:
 - Participação
 - Assiduidade
 - Atitude perante a prática
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 9.

5.9. TCO4 - Ataque contra defesas mistas e alternâncias defensivas

5.9.1. Formas de reconhecimento das estruturas defensivas

5.9.2. Conhecer os objetivos da defesa para melhor a conseguir atacar

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar as diversas soluções de reconhecimento das estruturas defensivas
- Caracterizar as razões pelas quais este tipo de defesas ocorre no jogo

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Emprega as estratégias de reconhecimento das estruturas da defesa na construção das soluções táticas propostas
- Desenvolve uma atitude crítica, mas coerente, relativamente aos pressupostos e conceitos fundamentais para a construção do ataque a estas formas defensivas

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 10.

5.10. Pressupostos, conceitos e metodologia do treino de ataque contra defesas mistas e alternâncias defensivas

5.10.1. Pressupostos e conceitos subjacentes ao ataque às defesas mistas

5.10.2. Algumas soluções táticas para o ataque às duas grandes formas mistas da defesa: *box & one* e *triangle & two*

5.10.3. O problema das alternâncias defensivas

5.10.4. Referências metodológicas para o treino do ataque contra defesas mistas e alternadas

5.10.5. Aplicação em contexto de prática, em treino, dos movimentos ofensivos para o ataque contra defesas mistas e alternância defensivas

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Descrever os pressupostos e conceitos fundamentais do ataque às defesas mistas
- Desenhar/adaptar movimentos ofensivos utilizando conceitos definidos no sentido de os adaptar aos diversos tipos de defesas mistas
- Descrever os problemas mais relevantes sobre o ataque contra defesas alternadas
- Desenvolver uma atitude crítica relativamente à metodologia do treino do ataque contra defesas mistas e alternâncias defensivas
- Identifica com os companheiros a forma de mobilizar discussões participadas sobre as suas propostas de trabalho

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Aplica os conceitos abordados à adaptação do ataque perante alternâncias defensivas
- Demonstra domínio dos conceitos na aplicação das soluções táticas propostas
- Descreve os problemas mais relevantes sobre o ataque contra defesas alternadas
- Desenvolve uma atitude crítica relativamente à metodologia do treino do ataque contra defesas mistas e alternâncias defensivas
- Aplica as soluções táticas preparadas de forma a conceber uma atitude de reflexão crítica face aos conteúdos do jogo

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação continua de três parâmetros:
 - Participação
 - Assiduidade
 - Atitude perante a prática
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 11.

5.11. **TC05 – Ataque contra defesas pressionantes**

- 5.11.1. Acerca do ataque contra defesas pressionantes
- 5.11.2. Conceitos de ataque contra defesas pressionantes
- 5.11.3. Aspetos específicos para cada função/posição em cada fase do ataque às defesas *press*
- 5.11.4. Referências metodológicas sobre o treino de ataque contra defesas pressionantes
- 5.11.5. Alguns exemplos de movimentos de ataque contra defesas pressionantes
- 5.11.6. Aplicação em contexto de prática, em treino, dos movimentos ofensivos para o ataque contra defesas pressionantes

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Descrever os conceitos específicos do ataque contra defesas pressionantes • Distinguir os papéis que os diferentes jogadores possam ter em cada fase do ataque contra defesas pressionantes • Construir episódios de treino que se destinem ao treino de ataque contra saídas pressionantes • Identificar com os companheiros de forma a mobilizar discussões participadas sobre as propostas de trabalho 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Usa os conceitos específicos de ataque contra defesas pressionantes na construção das soluções propostas • Estabelece com precisão as responsabilidades específicas de cada jogador em cada fase da saída de pressão • Demonstra as diferenças particulares entre o ataque a uma defesa individual e a uma zona <i>press</i> • Aplica as soluções táticas preparadas de forma a conceber uma atitude de reflexão crítica face aos conteúdos do jogo
<p>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação contínua de três parâmetros: <ul style="list-style-type: none"> - Participação - Assiduidade - Atitude perante a prática • Trabalhos de grupo realizados durante o curso 	

SUBUNIDADE 12.

5.12. **TC06 – Situações especiais em ataque**

- 5.12.1. As situações especiais: o que são e quais as que melhor representam a ideia de especial
- 5.12.2. Reposições de bola na linha lateral ou final de continuidade; Reposições de bola na linha lateral ou final de manutenção da posse de bola; Estruturas táticas de decisão – possíveis para reposições e também de bola viva (jogo de 5x5)
- 5.12.3. A crise do tempo no ataque de posição
- 5.12.4. As últimas posses de bola do jogo
- 5.12.5. Referências metodológicas para o treino
- 5.12.6. Aplicação em contexto de prática, em treino, dos movimentos ofensivos – situações especiais em ataque

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar a relevância das situações especiais no basquetebol atual • Diferenciar as diversas situações especiais que se podem definir do ponto de vista ofensivo 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Classifica as diferentes situações especiais de jogo • Desenvolve soluções para cada uma das situações especiais definidas • Desenvolve uma atitude de crítica relativamente à construção de situações especiais
--	---

>> Continua

>> Continuação

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Adotar uma atitude de reflexão crítica sobre a construção de situações de acordo com a sua filosofia e recursos (jogadores) à disposição
- Relacionar o treino dos diferentes conteúdos do ataque com o treino das situações especiais
- Identificar com os companheiros de forma a mobilizar discussões participadas sobre as propostas de trabalho

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Aplica as soluções táticas preparadas de forma a conceber uma atitude de reflexão crítica face aos conteúdos do jogo

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação continua de três parâmetros:
 - Participação
 - Assiduidade
 - Atitude perante a prática
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 13.

5.13. TCO7 – Ressalto ofensivo

5.13.1. A importância do ressalto ofensivo

5.13.2. Os fatores condicionantes do ressalto ofensivo

5.13.3. Referências metodológicas para o treino do ressalto ofensivo

5.13.4. Aplicação em contexto de prática, em treino, das situações relativas ao ressalto ofensivo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar a importância do ressalto ofensivo
- Interpretar os fatores condicionantes do ressalto ofensivo
- Caracterizar os aspetos técnico-táticos que os jogadores e as equipas devem dominar para a melhoria das qualidades do ressalto
- Definir regras coletivas para a participação do ressalto ofensivo
- Interpretar o treino do ressalto de forma integrada: o treino do ressalto ofensivo e defensivo em simultâneo e no domínio da ligação entre as grandes fases ataque-defesa e defesa-ataque
- Identificar com os companheiros de forma a mobilizar discussões participadas sobre as propostas de trabalho

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Usa os critérios de importância definidos para o ressalto ofensivo nas propostas táticas que concebe para o ataque
- Demonstra a ligação entre a recuperação da posse de bola e as soluções apresentadas pela ênfase que coloca no ressalto ofensivo
- Aplica as soluções táticas preparadas de forma a conceber uma atitude de reflexão crítica face aos conteúdos do jogo

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação continua de três parâmetros:
 - Participação
 - Assiduidade
 - Atitude perante a prática
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

PERFIL DO FORMADOR

FORMAÇÃO MÍNIMA: Treinador com TPTD de Grau III de Basquetebol, com um mínimo 5 anos de experiência de treinador, nos escalões de sub 18/sub 19 ou seniores, em competições oficiais da FPB ou selecionador nacional ou outras reconhecidas pela FPB.

CONSTITUINDO-SE COMO FATORES MAJORANTES: Formador com experiência na formação de treinadores de basquetebol, nomeadamente: certificação de formador em ação de formação de formadores de treinador de grau II realizada pela FPB/ENB; formador em ações de formação contínua de basquetebol - Clinics; experiência na coordenação e direção técnica desportiva.

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

6. Tática Coletiva Defensiva

GRAU DE FORMAÇÃO_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
6.1. TCD1 – GENERALIDADES SOBRE A DEFESA	0h30	0h30/0
6.2. TCD1 – DEFESA INDIVIDUAL (HXH)	4h	0/4h
6.3. TCD1 – METODOLOGIA DO TREINO DA DEFESA	2h	0/2h
6.4. TCD2 - DEFESA ZONA	0h30	0h30/0
6.5. TCD2 – ANÁLISE DE DETALHE ÀS DEFESAS ZONA	4h	0/4h
6.6. TCD2 – METODOLOGIA DE CONSTRUÇÃO DAS DEFESAS ZONA	2h	0/2h
6.7. TCD3 – TRANSIÇÃO ATAQUE-DEFESA	0h30	0h30/0
6.8. TCD3 – METODOLOGIA DO TREINO DA TRANSIÇÃO ATAQUE-DEFESA	2h	0/2h
6.9. TCD4 – DEFESAS MISTAS	0h30	0h30/0
6.10. TCD4 – METODOLOGIA DO TREINO DAS DEFESAS MISTAS	2h	0/2h
6.11. TCD5 – DEFESAS PRESSIONANTES	1h	1h/0
6.12. TCD5 – DEFESAS PRESSIONANTES EM HXH	1h	0/1h
6.13. TCD5 – DEFESAS ZONA <i>PRESS</i>	1h	0/1h
6.14. TCD5 – METODOLOGIA DO TREINO DAS DEFESAS PRESSIONANTES	1h30	0/1h30
6.15. TCD6 – SITUAÇÕES ESPECIAIS DA DEFESA	1h	1h/0
6.16. TCD6 – METODOLOGIA DO TREINO DAS SITUAÇÕES ESPECIAIS EM DEFESA	1h30	0/1h30
6.17. TCD7 – RESSALTOS DEFENSIVO	0h30	0h30/0
6.18. TCD7 – METODOLOGIA DO TREINO DO RESSALTO DEFENSIVO	1h	0/1h
Total	26h	4h30/21h30

SUBUNIDADE 1.

6.1. TCD1 - Generalidades sobre a defesa

- 6.1.1. A importância da defesa no basquetebol atual
- 6.1.2. Fatores da eficácia da defesa
- 6.1.3. Ideias chave sobre a preparação da defesa

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar a importância da defesa no contexto do basquetebol atual
- Interpretar os fatores de eficácia do sucesso defensivo e articula-os com as grandes ideias sobre a preparação da defesa do jogo

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Aplica os aspetos teóricos sobre a importância da defesa e os seus fatores de eficácia no desenvolvimento dos trabalhos apresentados
- Demonstra um domínio claro das ideias-chave em que a preparação da defesa se suporta

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupos realizados durante o curso

SUBUNIDADE 2.

6.2. TCD1 - Defesa Individual (HxH)

- 6.2.1. Pressupostos para a construção do sistema defensivo
- 6.2.2. Conceitos fundamentais da defesa individual
- 6.2.3. A relação de vantagem/desvantagem das propostas defensivas para a defesa das estruturas fundamentais do jogo:
 - a. A defesa da bola, a pressão nas primeiras linhas e presença das ajudas defensivas
 - b. A defesa do jogo interior, a defesa dos cortes e a negação das mudanças de lado
 - c. As primeiras e segundas ajudas, os "traps" e respetivas rotações defensivas
 - d. A defesa dos bloqueios diretos
 - e. A defesa dos bloqueios indiretos
 - f. A defesa dos bloqueios duplos (*stacks*) e dos bloqueios em sequência (bloqueios desfasados e bloqueios continuados)

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os conceitos fundamentais relativos às defesas das estruturas fundamentais do jogo
- Descrever as soluções fundamentais e as soluções alternativas em função da leitura da relação ataque-defesa
- Adotar uma atitude de reflexão estratégico-tática de modo a interpretar cada situação defensiva de modo crítico

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Emprega as soluções fundamentais apresentadas para a defesa das diversas estruturas nas soluções táticas apresentadas ao longo do curso
- Distingue as propostas defensivas consideradas de base ou fundamentais, daquelas que se constituem como as soluções de recurso
- Relaciona com coerência as soluções defensivas apresentadas dentro da lógica vantagem/desvantagem no ambiente de confronto entre o ataque e a defesa

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 3.

6.3. Metodologia do treino da defesa

- 6.3.1. A definição de regras para a construção do sistema defensivo
- 6.3.2. Princípios metodológicos da preparação da defesa
- 6.3.3. A relação ataque/defesa e vantagem/desvantagem como as bases fundamentais da estruturação dos exercícios de treino e da seleção das soluções defensivas do sistema
- 6.3.4. A articulação e influência do treino da defesa nos restantes conteúdos do treino
- 6.3.5. Aplicação em contexto de prática, o sistema defensivo HXH

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Interpretar a necessidade de definir regras claras que devem ser sólidas e coerentes para a construção coletiva da equipa na defesa
- Identificar os princípios metodológicos do treino e da defesa
- Selecionar exercícios defensivos enquadrados nas necessidades de preparação técnico-tática da equipa
- Identificar com os companheiros de forma a mobilizar discussões participadas sobre as propostas de trabalho

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Emprega a definição de regras na aplicação do conteúdo defensivo das soluções de trabalho apresentadas
- Relaciona os princípios metodológicos, com as regras definidas e ainda com o restante conteúdo ofensivo situações de trabalho apresentadas
- Desenvolve exercícios com objetivos específicos para o treino das soluções fundamentais e das soluções fundamentais e das soluções de recurso
- Pratica com o grupo intervindo de acordo com uma postura técnica adequada ao perfil de competências de treinador

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação continua de três parâmetros:
 - Participação
 - Assiduidade
 - Atitude perante a prática
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 4.

6.4. TCD2 - Defesa zona

- 6.4.1. As defesas zona no contexto do basquetebol atual
- 6.4.2. Conceitos fundamentais em que as defesas zona assentam
- 6.4.3. Os diferentes tipos de defesa zona: frente par e frente ímpar. Objetivos e momentos de aplicação no jogo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Interpretar a importância e a utilização das defesas zona na atualidade do jogo de basquetebol
- Identificar os conceitos fundamentais e objetivos em que as diferentes defesas zona assentam

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Aplica os conceitos fundamentais das defesas zona nas situações defensivas que desenvolva no âmbito desta temática
- Classifica objetivamente os diferentes tipos de zona, os seus objetivos e os momentos mais propícios para a sua utilização
- Desenvolve uma atitude crítica relativamente à importância e utilização da defesa zona no jogo de basquetebol

>> Continua

>> Continuação

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 5.

6.5. TCD2 - Análise de detalhe às defesas zona

- 6.5.1. Revisão das defesas 2:3 (2:1:2) e 3:2 (1:2:2)
- 6.5.2. Objetivos, pontos fracos e pontos fortes, regras de coordenação coletiva da defesa
- 6.5.3. A defesa zona 1:3:1
- 6.5.4. Objetivos, pontos fracos e pontos fortes, regras de coordenação coletiva da defesa

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Diferenciar os tipos de defesa zona quantos aos objetivos, fragilidades, pontos fortes e ainda na sua ação coletiva particular
- Descrever o modo de ação coletiva de cada defesa aceite como fundamental, percebendo as diversas adaptações estratégicas que podem conceber
- Interpretar criticamente cada uma das defesas zona em função da sua filosofia enquanto treinador

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Demonstra com objetividade os objetivos, pontos fortes e fracos de cada uma das defesas zona
- Desenvolve com clareza e detalhe o modo de ação coletiva de cada uma das formas de defesa zona abordada
- Demonstra um domínio dos conceitos fundamentais que caracterizam cada tipo de zona, percebendo formas de ajustamento estratégico como processos de recurso

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 6.

6.6. TCD2 - Metodologia de construção das defesas zona

- 6.6.1. Princípios metodológicos do treino das defesas zona
- 6.6.2. A articulação do treino das zonas com os restantes conteúdos do treino
- 6.6.3. Aplicação em contexto de prática, o sistema defensivo das Zonas

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os princípios metodológicos dos treinos das zonas
- Relacionar os princípios metodológicos do treino das defesas zona com os princípios mais gerais do treino da defesa
- Interpretar o treino das defesas zona com os demais conteúdos do treino não apenas da defesa em geral.
- Identificar com os companheiros de forma a mobilizar discussões participadas sobre as propostas de trabalho

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Relaciona os princípios metodológicos do treino da defesa com os princípios do treino da defesa na sua generalidade
- Desenvolve exercícios que caracterizam a aplicação dos princípios metodológicos do treino das defesas zona
- Pratica com o grupo intervindo de acordo com a postura técnica adequada ao perfil de competências do treinador

>> Continua

>> Continuação

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação contínua de três parâmetros:
 - Participação
 - Assiduidade
 - Atitude perante a prática
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 7.

6.7. TCD3 – Transição Ataque-defesa

- 6.7.1. Os diferentes momentos de transição ataque-defesa
- 6.7.2. Os fatores de eficácia para uma transição equilibrada
- 6.7.3. Soluções para o desequilíbrio defensivo e para a rápida recuperação defensiva
- 6.7.4. Os papéis e funções dos jogadores em cada momento da transição para a defesa

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os princípios metodológicos do treino das zonas
- Relacionar os princípios metodológicos do treino das defesas zona com os princípios mais gerais do treino da defesa
- Interpretar o treino das defesas zona com os demais conteúdos do treino não apenas da defesa em geral

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Relaciona os princípios metodológicos do treino da defesa com os princípios do treino da defesa na sua generalidade
- Desenvolve exercícios que caracterizam a aplicação dos princípios metodológicos do treino das defesas zona

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 8.

6.8. TCD3 – Metodologia do treino da transição ataque-defesa

- 6.8.1. Aspectos metodológicos do treino da transição da defesa e do ataque
- 6.8.2. O treino das situações de defesa em inferioridade numérica: do 2x1 ao 5x4
- 6.8.3. A ligação da transição ataque-defesa e a relação como treino do contra-ataque e do ajustamento dos diversos sistemas defensivos
- 6.8.4. Aplicação em contexto de prática, o sistema da transição ataque-defesa

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Interpretar os aspetos metodológicos do treino da transição da defesa para o ataque
- Descrever as soluções táticas para o atraso da progressão da bola e dos atacantes em face das situações de inferioridade defensiva
- Relacionar as situações de inferioridade numérica com a necessidade de montar o sistema defensivo escolhido para o jogo posicional

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Usa os critérios metodológicos do treino das transições nas construções das suas propostas táticas
- Desenvolve exercícios para o treino da transição para a defesa onde se verificam clarificados os diferentes objetivos que as fases possuem
- Aplica soluções táticas que articulam a transição para a defesa com o sistema defensivo de posição em 5x5

>> Continua

>> Continuação

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar com os companheiros de forma a mobilizar discussões participadas sobre as propostas de trabalho

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Prática com o grupo intervindo de acordo com uma postura técnica adequada ao perfil de competências do treinador

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação continua de três parâmetros:
 - Participação
 - Assiduidade
 - Atitude perante a prática
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 9.

6.9. TCD4 – Defesas mistas

- 6.9.1. Conceitos fundamentais
- 6.9.2. Vantagens/desvantagens da utilização de defesas mistas. Momentos de aplicação
- 6.9.3. Análise de detalhe dos fundamentos das defesas mistas: *box & one/Diamond & one* e *triangle & two* (normal e invertido)

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os conceitos fundamentais em que assentam as defesas mistas
- Interpretar a relação de vantagens/desvantagens da utilização das defesas mistas
- Distinguir cada uma das formas da defesa mista e os fundamentos da sua ação coletiva

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identificar os conceitos fundamentais em que assentam as defesas mistas
- Interpretar a relação de vantagens/desvantagens da utilização das defesas mistas
- Distinguir cada uma das formas da defesa mista e os fundamentos da sua ação coletiva

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 10.

6.10. TCD4 – Metodologia do treino das defesas mistas

- 6.10.1. Associação do treino das defesas mistas aos propósitos estratégicas da preparação do jogo
- 6.10.2. A definição de papéis, funções e coordenação coletiva em função de alguns dados previamente conhecidos sobre o ataque adversário.
- 6.10.3. Articulação da construção de defesa mista com as fases de transição para o ataque e para a defesa.
- 6.10.4. Aplicação em contexto de prática, o sistema das defesas mistas

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Relacionar o uso das defesas mistas com os propósitos. estratégicos muito concretos da preparação de detalhes do jogo • Identificar papéis, as funções e a ação global da defesa em função dos detalhes estratégicos definidos • Organizar a construção da defesa mista com as fases de transição para o ataque e para a defesa • Identificar com os companheiros de forma a mobilizar discussões participadas sobre as propostas de trabalho 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Demonstra o uso das defesas mistas como formas específicas de atuar em função do adversário concreto • Elabora exercícios para o treino parcial ou global de uma defesa mista em função de questões estratégicas muito bem clarificadas através do <i>scouting</i> • Pratica as soluções táticas preparadas de forma a conceber uma atitude de reflexão crítica face aos conteúdos do jogo
<p>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação contínua de três parâmetros: <ul style="list-style-type: none"> - Participação - Assiduidade - Atitude perante a prática • Trabalhos de grupo realizados durante o curso 	

SUBUNIDADE 11.

6.11. TCD5 – Defesas pressionantes

6.11.1. Objetivos e momentos de aplicação durante o jogo

6.11.2. Regras genéricas e critérios de eficácia da utilização de defesas pressionantes

6.11.3. Tendências atuais na utilização das defesas pressionantes

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar objetivos e relevância da utilização de defesas pressionantes no jogo • Descrever as regras genéricas que caracterizam a globalidade das defesas pressionantes • Relacionar critérios de eficácia, utilização deste tipo de defesas e atualidade do jogo de basquetebol 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Emprega os conteúdos e conceitos transmitidos nas soluções táticas relativas à temática das defesas pressionantes • Demonstra uma atitude crítica de análise sobre o papel das defesas pressionantes na dinâmica do jogo atual
<p>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral • Trabalhos de grupo realizados durante o curso 	

SUBUNIDADE 12.

6.12. TCD5 – Defesas pressionantes em HxH

6.12.1. Objetivos, pontos fortes e fragilidades

6.12.2. Formas de *trap* – 2x1 tradicional e *run & jump* – locais, rotações defensivas e recuperações à saída do *trap*

6.12.3. *Miss-match* mais usuais do encaixe das defesas HxH nos dispositivos de defesa de posição em 5x5

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar os objetivos, os pontos fortes e fracos das defesas HxH campo todo • Descrever com detalhe os aspetos técnico-táticos da realização de traps, rotações defensivas e formas de os desfazer mantendo a estrutura da defesa equilibrada • Diagnosticar os <i>miss-match</i> que podem advir da necessidade de reequilíbrio defensivo criado pelas rotações defensivas da <i>press</i> 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estabelece com detalhe os fundamentos da defesa HxH campo todo • Aplica os conceitos das duas grandes formas de <i>trap</i>, suportadas por formas de rotação e equilíbrio defensivo coerentes e adaptadas à lógica da organização coletiva • Relaciona os possíveis <i>miss-match</i> que podem advir na organização do sistema defensivo com as situações especiais da defesa que devem ser resolvidas
<p>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral • Trabalhos de grupo realizados durante o curso 	

SUBUNIDADE 13.

6.13. TCD5 - Defesas zona *press*6.13.1. Objetivos, pontos fortes e fragilidades de cada uma das defesas zona *press*6.13.2. Análise de detalhe das *press* mais convencionais: 2:2:1 (2:1:2), 1:2:2 (1:2:1:1)6.13.3. Formas mais usuais de encaixe das zonas *press* nos dispositivos de defesa de posição em 5x5

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar os objetivos, o ponto forte e franco das defesas zona <i>press</i> • Descrever com detalhe os aspetos técnico-táticos das duas formas gerais da zona (frente ímpar e frente par) e as suas respetivas adaptações espaciais • Diagnosticar os <i>miss-match</i> que podem advir da necessidade de reequilíbrio defensivo criado pelas rotações defensivas da zona 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Estabelece com detalhe os fundamentos das defesas zona <i>press</i> • Aplica os conceitos de cada uma das defesas de forma coerente e adaptada à lógica da organização coletiva de cada tipo de defesa • Relaciona os possíveis <i>miss-match</i> que podem advir na organização do sistema defensivo com as situações especiais da defesa que devem ser resolvidas
<p>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral • Trabalhos de grupo realizados durante o curso 	

SUBUNIDADE 14.

6.14. TCD5 - Metodologia do treino das defesas pressionantes

6.14.1. Aspetos metodológicos do treino das defesas pressionantes

6.14.2. A relação entre o treino das defesas *press* com o treino da transposição do ataque para a defesa

6.14.3. Aplicação em contexto de prática, o sistema das defesas pressionantes

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os princípios metodológicos das defesas pressionantes como uma forma particular de transitar para a defesa em pressão
- Relacionar o uso de defesas pressionantes, por um lado, como uma extensão dos princípios fundamentais da defesa, por outro como formas de uso estratégico para introduzir novidade no jogo
- Identifica com os companheiros de forma a mobilizar discussões participadas sobre as suas propostas de trabalho

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Usa exercícios enquadrados com os pressupostos metodológicos no treino das defesas pressionantes
- Define e regula o compromisso com as regras definidas para cada defesa de forma coerente e adaptada a cada um dos tipos de defesa trabalhados/apresentados
- Pratica com o grupo intervindo de acordo com uma postura técnica adequada ao perfil de competências do treinador

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação continua de três parâmetros:
 - Participação
 - Assiduidade
 - Atitude perante a prática
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 15.

6.15. TCD6 – Situações especiais da defesa

6.15.1. Alternâncias defensivas: fatores de eficácia e aplicações na dinâmica do jogo

6.15.2. Conversões defensivas

6.15.3. Regras fundamentais para o ajustamento aos miss-matches: jogadores grandes com pequenos e jogadores pequenos com grandes no jogo exterior e jogo interior

6.15.4. Os últimos segundos da posse de bola, as últimas posses de bola do período e do jogo em termos defensivos

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar fatores de eficácia e potenciais momentos de aplicação das alternâncias e das conversões defensivas
- Descrever as regras fundamentais possíveis para minimizar a influência dos desajustamentos defensivos
- Identificar possíveis soluções defensivas ajustadas aos últimos segundos de posse, período ou posse

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Usa os conteúdos e conceitos transmitidos nas soluções táticas apresentadas para a defesa de situações particulares do jogo
- Demonstra uma atitude crítica de análise sobre o papel das situações adotadas em função do momento do jogo, características do adversário e dos seus próprios jogadores
- Interpreta o quadro de soluções apresentadas enquadradas na lógica de vantagem/desvantagem que a relação ataque/defesa determina

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 16.

6.16. TCD6 – Metodologia do treino das situações especiais em defesa

- 6.16.1. Aspetos metodológicos do treino das situações especiais da defesa
- 6.16.2. Integração das situações especiais na estrutura das regras coletivas da defesa
- 6.16.3. Aplicação em contexto de prática, o sistema das situações especiais da defesa

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Relacionar os pressupostos do treino da defesa com o treino das suas situações mais particulares
- Distinguir, mas ao mesmo tempo, perspetivar as regras gerais da defesa e as regras especiais para cada momento específico do jogo seja estrategicamente considerado
- Identificar com os companheiros de forma a mobilizar discussões participadas sobre as suas propostas de trabalho

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Estabelece com detalhe as regras que adota para a defesa de determinadas situações especiais colocadas ao longo da apresentação de trabalhos
- Elabora exercícios para o treino de situações especiais muito concretas aplicando as indicações metodológicas transmitidas
- Pratica com o grupo intervindo de acordo com uma postura técnica adequada ao perfil de competências do treinador

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação continua de três parâmetros:
 - Participação
 - Assiduidade
 - Atitude perante a prática
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 17.

6.17. TCD7 – Ressaltos defensivo

- 6.17.1. A importância do ressalto defensivo
- 6.17.2. Os fatores condicionantes do ressalto defensivo
- 6.17.3. A ligação do ressalto defensivo aos diversos momentos de jogo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar a importância do ressalto defensivo assim como os seus fatores condicionantes
- Interpretar o ressalto defensivo como um conteúdo fundamental de recuperação da posse de bola

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Usa os critérios de importância definidos para o ressalto defensivo nas propostas táticas que concebe para a organização da defesa
- Demonstra a ligação entre a recuperação da posse de bola e as soluções apresentadas pela ênfase que coloca no ressalto defensivo

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

SUBUNIDADE 18.

6.18. TCD7 - Metodologia do treino do ressalto defensivo

- 6.18.1. As particularidades técnico-táticas do treino do ressalto defensivo
- 6.18.2. Uma visão integrada do treino do ressalto defensivo nos diferentes conteúdos do ataque e da defesa
- 6.18.3. O treino do ressalto defensivo como fator de ligação à transição da defesa para o ataque
- 6.18.4. Aplicação em contexto de prática, as particularidades do ressalto defensivo

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Descrever as particularidades técnico-táticas que os jogadores e as equipas devem dominar para a melhoria das qualidades de ressalto
- Interpretar o treino de ressalto de forma integrada: o treino do ressalto ofensivo e defensivo em simultâneo e no domínio da ligação entre as grandes fases ataque-defesa e defesa-ataque
- Identificar com os companheiros de forma a mobilizar discussões participadas sobre as propostas de trabalho

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Promove a discussão do grupo em torno das suas propostas táticas
- Organiza o grupo intervindo de acordo com uma postura técnica adequada ao perfil de competências do treinador
- Pratica as soluções táticas preparadas de forma a conceber uma atitude de reflexão crítica face aos conteúdos do jogo
- Aplica com o grupo intervindo de acordo com uma postura técnica adequada ao perfil de competências do treinador

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação individual – trabalho prático/discussão oral, avaliação continua de três parâmetros:
 - Participação
 - Assiduidade
 - Atitude perante a prática
- Trabalhos de grupo realizados durante o curso

PERFIL DO FORMADOR

FORMAÇÃO MÍNIMA: Treinador com TPTD de Grau III de Basquetebol, com um mínimo 5 anos de experiência de treinador, nos escalões de sub 18/sub 19 ou seniores, em competições oficiais da FPB ou selecionador nacional ou outras reconhecidas pela FPB.
CONSTITUINDO-SE COMO FATORES MAJORANTES: Formador com experiência na formação de treinadores de basquetebol, nomeadamente: certificação de formador em ação de formação de formadores de treinador de grau II realizada pela FPB/ENB; formador em ações de formação continua de basquetebol - Clinics; experiência na coordenação e direção técnica desportiva.

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

7. Direção de exercícios e do Jogo

GRAU DE FORMAÇÃO_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
7.1. AS FUNÇÕES/TAREFAS DO TREINADOR DE BASQUETEBOL	1h	1h/0
7.2. A FORMAÇÃO DE EQUIPAS PROFISSIONAIS	1h	1h/0
7.3. DIREÇÃO/ORIENTAÇÃO DO JOGO	1h	1h/0
Total	3h	3h/0

SUBUNIDADE 1.

7.1. As funções/tarefas do treinador de Basquetebol

- 7.1.1. Âmbito e intervenção do treinador
- 7.1.2. Fatores e eficácia da liderança do treinador
- 7.1.3. A imagem do treinador
- 7.1.4. A motivação/organização da equipa e do clube
- 7.1.5. A relação definição de objetivos/resultados alcançados
- 7.1.6. O exercício de liderança: relação com modelos de jogo e preparação

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar o âmbito e a intervenção do treinador de equipas profissionais
- Descrever os fatores de eficácia da ação do treinador
- Relacionar a importância da imagem do treinador com os domínios da motivação e da organização do clube
- Identifica os critérios de eficácia da liderança no seio da organização do clube

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Descreve os fatores de eficácia da ação do treinador no contexto de equipas profissionais
- Relaciona a importância da imagem do treinador com os domínios da motivação e da organização do clube
- Relaciona a hierarquia da definição de objetivos com a sua avaliação
- Descreve os fatores que caracterizam o exercício da liderança do treinador de equipas profissionais

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Questionamento oral/escrito

SUBUNIDADE 2.

7.2. A formação de equipas profissionais

- 7.2.1. Estrutura e definição de objetivos
- 7.2.2. Orçamentos e construção da equipa – recrutamento de jogadores
- 7.2.3. Corpo técnico: constituição, relação entre os membros, definição de papéis e responsabilidades
- 7.2.4. Dinâmica e funcionamento da equipa: regulamentos da equipa e do clube

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar a estrutura e a hierarquia de definição de objetivos de equipas profissionais • Relacionar a variável orçamento/construção da equipa • Identificar critérios para a construção do corpo técnico, sua relação e a definição dos seus papéis e funções • Identificar formas de regulamentar a dinâmica e funcionamento do grupo 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Descreve os fatores que condicionam a formação de equipas profissionais dirigidas para o alto rendimento • Descreve os papéis, as características do seu relacionamento e as responsabilidades dos elementos do corpo técnico • Identifica dinâmicas e formas de funcionamento possíveis entre membros constituintes de equipas de rendimento
<p>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Questionamento oral/escrito 	

SUBUNIDADE 3.

7.3. Direção/orientação do jogo

7.3.1. Rotinas pré-jogo, durante o jogo e pós-jogo

7.3.2. Momentos críticos de um jogo de basquetebol: atitude mental do treinador perante o decorrer do jogo

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar as rotinas habituais da ação do treinador antes, durante e após o jogo • Interpretar a noção de momentos críticos durante o decorrer do jogo 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Descrever as principais rotinas de intervenção do treinador antes, durante e depois do jogo • Descreve os potenciais momentos críticos do jogo e perspetiva formas de intervenção em antecipação
<p>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Questionamento oral/escrito 	

PERFIL DO FORMADOR

FORMAÇÃO MÍNIMA: Treinador com TPTD de Grau III de Basquetebol, com um mínimo 5 anos de experiência de treinador, nos escalões de sub 18/sub 19 ou seniores, em competições oficiais da FPB ou selecionador nacional ou outras reconhecidas pela FPB.
CONSTITUINDO-SE COMO FATORES MAJORANTES: Formador com experiência na formação de treinadores de basquetebol, nomeadamente: certificação de formador em ação de formação de formadores de treinador de grau II realizada pela FPB/ENB; formador em ações de formação contínua de basquetebol - Clinics; experiência na coordenação e direção técnica desportiva.

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

8. Coordenação/Direção técnica

GRAU DE FORMAÇÃO_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
8.1. PAPEL E FUNÇÕES DO COORDENADOR/DIRETOR TÉCNICO	1h	1h/0
8.2. ATACAR HXH – REAÇÃO AO PASSE INTERIOR	1h	1h/0
Total	2h	2h/0

SUBUNIDADE 1.

8.1. Papel e funções do coordenador/diretor técnico

- 8.1.1. A definição orgânica das várias áreas de ação de um clube de basquetebol profissional
- 8.1.2. A coordenação/direção técnica e a sua ligação à esfera técnica e administrativa
- 8.1.3. As funções fundamentais do coordenador/diretor técnico
- 8.1.4. O perfil de liderança do coordenador/diretor técnico e o seu enquadramento na estrutura orgânica
- 8.1.5. Os modelos mais comuns de coordenação/direção técnica de um clube profissional

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar as estruturas orgânicas em que a direção de um clube se divide
- Descrever as funções do coordenador/diretor técnico na ligação entre as diversas áreas orgânicas
- Identificar os fatores de eficácia da liderança do coordenador/diretor técnico
- Identificar os modelos tradicionais de coordenação/direção técnica de um clube profissional

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Relaciona as funções, a ligação entre as diversas unidades e perfil de liderança do coordenador/diretor técnico com a esfera de desenvolvimento global do projeto basquetebol do clube
- Desenvolve uma atitude crítica relativamente às funções e tarefas do coordenador/diretor técnico

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Discussão oral

SUBUNIDADE 2.

8.2. A coordenação/técnica no basquetebol português

8.2.1. A importância do coordenador/diretor técnico no enquadramento do basquetebol português

8.2.2. Análise da situação atual e perspetivas de futuro

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Interpretar a importância do coordenador/diretor técnico no enquadramento das estruturas dos clubes
- Identificar e analisar criticamente a realidade do basquetebol no âmbito desta temática

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica a importância da função no âmbito da realidade organizativa do basquetebol português
- Desenvolve uma atitude de crítica construa situação atual que perspetive o futuro dentro das suas realidades profissionais

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Discussão oral

PERFIL DO FORMADOR

FORMAÇÃO MÍNIMA: Treinador com TPTD de Grau III de Basquetebol, com um mínimo 5 anos de experiência de treinador, nos escalões de sub 18/sub 19 ou seniores, em competições oficiais da FPB ou selecionador nacional ou outras reconhecidas pela FPB.
CONSTITUINDO-SE COMO FATORES MAJORANTES: Formador com experiência na formação de treinadores de basquetebol, nomeadamente: certificação de formador em ação de formação de formadores de treinador de grau II realizada pela FPB/ENB; formador em ações de formação contínua de basquetebol - Clinics; experiência na coordenação e direção técnica desportiva.

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

9. Análise da Performance em Basquetebol

GRAU DE FORMAÇÃO_ III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
9.1. ANÁLISE DA PERFORMANCE EM BASQUETEBOL	4h	2h/2h
Total	4h	2h/2h

SUBUNIDADE 1.

9.1. Análise da performance em Basquetebol

- 9.1.1. Recolha, processamento e visualização de dados estatísticos nas sessões de treino e nas competições
- 9.1.2. Gravação e edição de vídeo integrados em relatórios de *scouting*
- 9.1.3. Utilização de tecnologia avançada na avaliação e controlo do processo de treino e competição (unidades de medida inerciais, visão por computador,...)

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e utilizar diversos instrumentos de análise da performance em basquetebol
- Identificar os vários construtos que determinam o sucesso no jogo, de acordo com os contextos em que se podem verificar
- Identificar os resultados mais relevantes que a investigação científica no basquetebol tem produzido, refletindo sobre a sua utilização no contexto do treino e da competição

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identificar as vantagens e desvantagens das formas de modelar a performance colocando-as ao serviço do treino e da competição
- Usar instrumentos informáticos que possibilitem desenvolver ações de *feedback* apropriadas e em tempo útil
- Desenvolver uma atitude de crítica construtiva em torno da relação entre os dados fornecidos pela investigação e a sua aplicação na sessão de treino e no jogo

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Integrado na avaliação final do trabalho de campo

PERFIL DO FORMADOR

FORMAÇÃO MÍNIMA: Treinador com TPTD de Grau III Basquetebol, com um mínimo de 10 anos de treinador nos escalões Sub 18/Sub 19 ou Sénior ou Treinador no ativo da Liga Masculina/Próliga/Liga Feminina nas três últimas épocas desportivas ou especialista por via académica em instituições universitárias de Desporto(licenciatura/ Mestrado/doutorado).

CONSTITUINDO-SE COMO FATORES MAJORANTES: Formador com experiência na formação de treinadores de basquetebol, nomeadamente: Formador em cursos de treinador de basquetebol; formador em ações de formação continua - Clinics; experiência no treino e orientação de equipas de Alto Rendimento - Ligas e seleções nacionais seniores; Especialista em análise do jogo em alto rendimento ou especialista por via académica em instituições universitárias; Relevante experiência técnica/pedagógica.

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

10. Preparação desportiva em Basquetebol

GRAU DE FORMAÇÃO_ III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
10.1. PREPARAÇÃO DESPORTIVA EM BASQUETEBOL	3h	3h/0
10.2. APLICAÇÃO EM EXERCÍCIO DE UM PROJETO DE PLANEAMENTO	2h	2h/0
Total	5h	5h/0

SUBUNIDADE 1.

10.1. Preparação desportiva em Basquetebol

- 10.1.1. Complexidade e sistemas dinâmicos. A abordagem ecológica da tomada de decisão
- 10.1.2. Métodos de ensino e treino baseados na compreensão do jogo e nos constrangimentos
- 10.1.3. Planeamento e periodização em basquetebol: desenvolvimento do talento e alto-rendimento
- 10.1.4. Exemplos práticos de projetos de planeamento anual

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os fatores dominantes e as interações não-lineares que se estabelecem no processo de ensino e treino do jogo
- Conhecer, aplicar e integrar os métodos de ensino e treino do jogo num modelo geral de planeamento
- Descrever os grandes ciclos e aplicá-los metodologicamente às características do basquetebol

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Aplica o conhecimento transmitido na unidade de metodologia do treino e aplica-o ao basquetebol, no âmbito concreto do planeamento e periodização do treino
- Usa o conhecimento geral e específico do planeamento do treino para discutir e interpretar tomadas de decisão metodológicas no domínio do planeamento de uma época desportiva

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Trabalho individual ou teste escrito

SUBUNIDADE 2.

10.2. Aplicação em exercício de um projeto de planeamento

- 10.2.1. Desenvolvimento de um projeto de planeamento de uma época virtual perante condições previamente definidas

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar as fases, objetivos e condicionantes do processo de planeamento
- Desenvolver o modelo de periodização adotado, caracterizar os grandes ciclos de treino e justificar as opções tomadas

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Aplica para uma aplicação simulada da realidade do planeamento o conhecimento adquirido no âmbito do planeamento e periodização do treino
- Desenvolve uma atitude crítica em relação às diversas variáveis que condicionam o planeamento e a periodização, de acordo com tomadas de decisão justificadas e metodologicamente válidas

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Trabalho individual ou teste escrito

PERFIL DO FORMADOR

FORMAÇÃO MÍNIMA: Treinador com TPTD de Grau III Basquetebol, com um mínimo de 10 anos de treinador nos escalões Sub 18/Sub 19 ou Sénior ou Treinador no ativo da Liga Masculina/Próliga/Liga Feminina nas três últimas épocas desportivas ou especialista por via académica em instituições universitárias de Desporto(licenciatura/ Mestrado/doutorado).

CONSTITUINDO-SE COMO FATORES MAJORANTES: Formador com experiência na formação de treinadores de basquetebol, nomeadamente: Formador em cursos de treinador de basquetebol; formador em ações de formação continua - Clinics; Relevante experiência no treino e orientação de equipas de Alto Rendimento - Ligas e seleções nacionais seniores.

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

11. Treino específico individual

GRAU DE FORMAÇÃO_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
11.1. TREINO ESPECÍFICO PARA JOGADORES EXTERIORES	1h	1h/0
11.2. TREINO ESPECÍFICO PARA JOGADORES INTERIORES	1h	1h/0
11.3. A RELAÇÃO JOGO EXTERIOR E JOGO INTERIOR	1h	1h/0
Total	3h	3h/0

SUBUNIDADE 1.

11.1. Treino específico para jogadores exteriores

- 11.1.1. Caracterização dos bases e dos extremos no basquetebol atual: semelhanças e diferenças genéricas
- 11.1.2. As diferenças entre os designados 1,2 e 3: características técnicas, táticas, físicas, antropométricas e psicológicas
- 11.1.3. O treino específico dos bases: otimização técnica e relação com o trabalho coletivo
- 11.1.4. O treino específico dos extremos: otimização técnica e relação com o trabalho coletivo
- 11.1.5. Exercícios e aplicações práticas

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar as características e os papéis das posições exteriores que os jogadores ocupam no jogo
- Descrever as suas características fundamentais em cada fator do treino
- Preparar exercícios que se dirijam para a melhoria integrada das qualidades técnico-táticas dos jogadores

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Descreve as características e papéis, diferencia e encontra pontos de contacto entre as posições dos jogadores exteriores no basquetebol atual
- Planeia e cria situações de exercício, associadas às propostas táticas que efetua, com o objetivo de intervir no treino específico do jogador

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral
- Trabalhos de grupos realizados durante o curso

SUBUNIDADE 2.

11.2. Treino específico para jogadores interiores

- 11.2.1. Caracterização dos jogadores interiores no basquetebol atual: semelhanças e diferenças genéricas
- 11.2.2. As diferenças entre os designados 4 e 5: características técnicas, táticas, físicas, antropométricas e psicológicas
- 11.2.3. O treino específico dos jogadores interiores. Especial ênfase aos jogadores grandes e suas limitações de natureza física e coordenativa. A metodologia de treino e relação com o trabalho coletivo
- 11.2.4. Os “falsos postes” e a relação dos jogadores exteriores no jogo do perímetro
- 11.2.5. Exercícios e aplicações práticas

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar as características e os papéis das posições interiores que os jogadores ocupam no jogo • Descrever as suas características fundamentais em cada fator de treino • Preparar exercícios que se dirijam para a melhoria integrada das qualidades técnico-táticas dos jogadores 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Descreve as características e papéis, diferencia e encontra pontos de contacto entre as posições dos jogadores interiores no basquetebol atual • Planeia e cria situações de exercício, associadas às propostas táticas que efetua, com o objetivo de intervir no treino específico do jogador
<p>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral • Trabalhos de grupos realizados durante o curso 	

SUBUNIDADE 3.

11.3. A relação jogo exterior e jogo interior

11.3.1. O treino específico dos três grandes momentos de rutura das defesas: a penetração, o passe ao poste e o 2x2 do bloqueio direto

11.3.2. Aplicações e exercícios associados aos indicadores metodológicos fundamentais para o treino da capacidade de jogo desde o 1x1 ao 4x4

<p>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Identificar a importância da associação do treino individual aos conceitos ofensivos que na atualidade são determinantes como fatores de eficácia • Preparar exercícios de ênfase individual dentro da ligação exterior/interior e vice-versa 	<p>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</p> <ul style="list-style-type: none"> • Descreve as características técnico-táticas das três estruturas citadas • Planeia e cria situações de exercício para a ligação do jogo exterior e interior, associadas às propostas táticas que efetua, com o objetivo de intervir no treino específico do jogador
<p>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apresentação de campo do trabalho prático/discussão oral • Trabalhos de grupos realizados durante o curso 	

PERFIL DO FORMADOR

FORMAÇÃO MÍNIMA: Treinador com TPTD de Grau III Basquetebol, com um mínimo de 10 anos de treinador nos escalões Sub 18/Sub 19 ou Sénior ou Treinador com o TPTD de grau III no ativo da Liga Masculina/Próliga/Liga Feminina nas três últimas épocas desportivas ou Especialista em análise do jogo em alto rendimento por via académica (licenciatura/Mestrado/Doutorado) em instituições universitárias de desporto.
CONSTITUINDO-SE COMO FATORES MAJORANTES: Formador com experiência na formação de treinadores de basquetebol, nomeadamente: Formador em cursos de treinador de basquetebol; formador em ações de formação contínua - Clínicas; Relevante experiência no treino e orientação de equipas de Alto Rendimento - Ligas e seleções nacionais seniores.

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

12. Regras do Jogo

GRAU DE FORMAÇÃO_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
12.1. AS REGRAS DO BASQUETEBOL – INTERPRETAÇÃO, CRITÉRIOS; SITUAÇÕES ESPECIAIS; ALTERAÇÕES INTRODUZIDAS PELA FIBA	2h	2h/0
Total	2h	2h/0

SUBUNIDADE 1.

12.1. As regras do basquetebol - interpretação, critérios; situações especiais; alterações introduzidas pela FIBA

- 12.1.1. Revisão das eventuais alterações às regras propostas pela FIBA
- 12.1.2. Interpretações oficiais às regras de Basquetebol
- 12.1.3. Análise do presente e perspetivas de aplicação das regras na época seguinte
- 12.1.4. Análise dos critérios de arbitragem que mais diferenciam posições entre treinadores e jogadores.
Reflexão e discussão
- 12.1.5. A vantagem/desvantagem, o problema dos contactos
- 12.1.6. A comunicação entre a equipa de arbitragem e o treinador/jogadores
- 12.1.7. O comportamento/critério disciplinar
- 12.1.8. O uso das mãos – *handchecking*
- 12.1.9. As faltas antidesportivas
- 12.1.10. O jogo de poste
- 12.1.11. Os bloqueios e pick and roll
- 12.1.12. A violação de passos
- 12.1.13. O critério de arbitragem
- 12.1.14. Conteúdo a definir em função das grandes temáticas em discussão na época desportiva respeitante ao curso

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar as propostas de alteração eventuais
- Identificar os aspetos de divergência relativa a critérios de arbitragem para melhor poder discuti-los

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Relaciona as eventuais alterações às regras com situações de prática que se podem refletir no jogo
- Desenvolve discussões construtivas sobre situações reais das suas vivências de competição interpretando-as à luz da informação recolhida pelo técnico de arbitragem

FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Discussão oral e questionário escrito

PERFIL DO FORMADOR

FORMAÇÃO MÍNIMA: Juiz/árbitro/comissário internacional ou nacional, no ativo.
CONSTITUINDO-SE COMO FATORES MAJORANTES: Formador com experiência na formação de juizes, oficiais de mesa de basquetebol; Formador em cursos de basquetebol; Formador em ações de formação contínua de juizes e/ou treinadores; Participação obrigatória nas ações de formação contínua do CA da FPB no ano do curso.

c. Organização da Formação



1. Requisitos específicos de acesso ao Curso de Treinadores a cumprir pelos candidatos

Ser possuidor do TPTD de Basquetebol grau II válido e **um dos seguintes requisitos:**

- Possuir pelo menos um ano de exercício profissional efetivo da função de Treinador de Grau II, **na qualidade de treinador principal, no escalão sub18, sub19 ou sénior em provas nacionais ou treinador-adjunto na Liga Masculina, Liga Feminina ou Proliga, excetuando os que cumpram os requisitos definidos na legislação para “Apoio às carreiras duais”;**
- Possuir 3 ou mais anos de prática efetiva de treinador, independentemente do escalão etário;
- Possuir formação obtida no estrangeiro com equivalência reconhecida pelo IPDJ e cinco anos ou mais de experiência de treinador em competições nacionais seniores de países reconhecidos pela FIBA;
- Ter sido jogador/a internacional por Portugal em competições oficiais FIBA e jogador da liga masculina ou da liga feminina, ou profissional em ligas estrangeiras reconhecidas pela FIBA durante cinco anos ou mais;
- Mestre em desporto ou doutorado em desporto e 3 anos de experiência efetiva de treinador de grau II em competições oficiais reconhecidas pela FPB;**
- Possuir o curso de Treinador da FIBA de grau II e 3 anos de experiência efetiva de treinador de grau II em competições oficiais reconhecidas pela FPB.**

2. Condições Logísticas para a Realização do Curso de Treinadores

INSTALAÇÕES	EQUIPAMENTOS/INSTRUMENTOS PEDAGÓGICOS	OUTRAS
<ul style="list-style-type: none"> Pavilhão desportivo, com um campo de basquetebol, com as medidas oficiais da FIBA 	<ul style="list-style-type: none"> 4 tabelas de basquetebol; secretarias para trabalho de grupo e formadores, um quadro didático, meios informáticos para projeção, Câmaras de filmar; cadeiras individuais, pinos, cones, bolas de basquetebol, coletes, acesso à internet via wifi 	<ul style="list-style-type: none"> Opcional: Marcador oficial de basquetebol certificado pela FIBA
<ul style="list-style-type: none"> Uma sala com capacidade para 30 formandos 	<ul style="list-style-type: none"> Uma sala com cadeiras e secretárias, acesso via wifi à internet, quadro interativo multimédia e normal, projetor multimédia, câmaras de filmar 	
<ul style="list-style-type: none"> No caso de internato, alojamento adequado ao nível de residência universitária ou hotel de 3 estrelas 	<ul style="list-style-type: none"> Quartos triplos ou duplos 	
<ul style="list-style-type: none"> Cantina universitária ou restaurante 		



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.