

# Referenciais de Formação COMPONENTE ESPECÍFICA

**GRAU III**

**BADMINTON**

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE BADMINTON

**VERSÃO  
2020**



INSTITUTO PORTUGUÊS  
DO DESPORTO  
E JUVENTUDE, I. P.

**AUTOR:** Federação Portuguesa de Badminton  
**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

<b>A. Preâmbulo</b>	<b>5</b>
<b>B. Unidades de Formação</b>	<b>7</b>
1. FORMAÇÃO TÉCNICA III	8
2. FORMAÇÃO TÁTICA III	10
3. ARBITRAGEM E REGULAMENTOS III	12
4. SISTEMATIZAÇÃO DA FUNÇÃO DE TREINADOR III	13
<b>C. Organização da Formação</b>	<b>15</b>
1. REQUISITOS ESPECÍFICOS DE ACESSO	16
2. CONDIÇÕES LOGÍSTICAS	16
3. ESTÁGIOS	16

# 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. FORMAÇÃO TÉCNICA III	22
2. FORMAÇÃO TÁTICA III	24
3. ARBITRAGEM E REGULAMENTOS III	4
4. SISTEMATIZAÇÃO DA FUNÇÃO DE TREINADOR III	40
Total	90

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

# 1. Formação técnica III

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
1.1. TÉCNICA DE BATIMENTOS III	12h30	1h30/11
1.2. MOVIMENTAÇÃO DE CAMPO III	9h30	1h30/8
Total	22	3 / 19

SUBUNIDADE 1.

## 1.1. Técnica de batimentos II

- 1.1.1. Análise comparativa de estilos de jogo na sua componente técnica de batimentos (corrente europeia e asiática; correntes atuais)
- 1.1.2. Desenvolvimento de um estilo de jogo em função do perfil e características do jogador
- 1.1.3. Treino integrado:
  - a. Caracterização: exercício formal (como se faz?) e funcional (quem? o quê? porquê? quando? onde?);
  - b. Construção do exercício: ênfase na execução, ou ênfase na decisão?
- 1.1.4. Exercícios de aplicação
- 1.1.5. Reforço da técnica individual do Treinador: treino de feeder com e sem raquete, aperfeiçoamento dos gestos técnicos
- 1.1.6. Desporto Adaptado:
  - a. Maximização e excelência das capacidades físicas em consonância com os impedimentos físicos do atleta
  - b. Consistência e precisão dos batimentos em consonância com os impedimentos físicos do atleta

### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e interpretar os conceitos apresentados e estabelecer a sua inter-relação
- Perspetivar a aplicação dos conceitos transmitidos, e organizar as suas formas de prática

### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Usa as metodologias corretas de ensino
- Identifica e classifica as execuções
- Estabelece e executa os métodos corretos de intervenção
- Diferencia através de uma análise crítica os conceitos transmitidos/observados, relacionando-os
- Interage positivamente com os atletas deixando-os participar nas tomadas de decisão

### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste Escrito, Planificação e Apresentação resumida de um microciclo de treino de badminton



SUBUNIDADE 2.

## 1.2. Movimentação de campo III

- 1.2.1. Reforço das componentes mais críticas na movimentação dentro de campo:
  - a. Preparação do batimento;
  - b. Recuperação da posição base.
- 1.2.2. Zonas do campo: zona da rede, zona média e zona de fundo do campo: alternativas e variantes.
- 1.2.3. Análise comparativa de estilos de jogo na sua componente de deslocamentos (corrente europeia e asiática; correntes atuais)
- 1.2.4. Adequação e desenvolvimento da movimentação ao perfil de jogador e estilo de jogo
- 1.2.5. Como treinar os deslocamentos: perspetivas integradas de treino
- 1.2.6. Exercícios de aplicação
- 1.2.7. Desporto Adaptado: maximização do reportório de deslocamentos em consonância com os impedimentos físicos do atleta

### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e interpretar os conceitos apresentados e estabelecer a sua inter-relação
- Perspetivar a aplicação dos conceitos transmitidos, e organizar as suas formas de prática

### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Usa as metodologias corretas de ensino
- Identifica e classifica as execuções
- Estabelece e executa os métodos corretos de intervenção
- Diferencia através de uma análise crítica os conceitos transmitidos/observados, relacionando-os
- Interage positivamente com os atletas deixando-os participar nas tomadas de decisão

### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste Escrito, Planificação e Apresentação resumida de um microciclo de treino de badminton

### PERFIL DO FORMADOR

Possuir TPTD Badminton Grau III válido e cumulativamente ter experiência no exercício da função de treinador de Grau III nas últimas duas épocas desportivas

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

## 2. Formação tática III

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
2.1. TÁTICA DE SINGULARES III	8	3/5
2.2. TÁTICA DE PARES HOMENS/SENHORAS III	8	3/5
2.3. TÁTICA DE PARES MISTOS III	8	3/5
Total	24	9 / 15

SUBUNIDADE 1.

### 2.1. Tática de singulares III

- 2.1.1. Reforço das considerações táticas já apreendidas:
- 2.1.2. Análise e interpretação de situações de jogo através de observação vídeo
- 2.1.3. Análise comparativa de estilos de jogo na sua componente tática (corrente europeia e asiática correntes atuais)
- 2.1.4. Treino específico (exercícios)

#### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e interpretar os conceitos apresentados e estabelecer a sua inter-relação
- Perspetivar a aplicação dos conceitos transmitidos, e organizar as suas formas de prática

#### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Emprega as metodologias corretas de ensino
- Identifica e classifica a aplicação dos princípios táticos
- Usa e desenvolve os métodos corretos de intervenção
- Diferencia através de uma análise crítica os conceitos transmitidos/observados, relacionando-os

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste Escrito, Planificação e Apresentação resumida de um microciclo de treino de badminton

SUBUNIDADE 2.

### 2.2. Tática de pares homens/senhoras III

- 2.2.1. Reforço das considerações táticas já apreendidas:
- 2.2.2. Análise e interpretação de situações de jogo através de observação vídeo.
- 2.2.3. Análise comparativa de estilos de jogo na sua componente tática (corrente europeia e asiática; correntes atuais).
- 2.2.4. Treino específico (exercícios)

<p><b>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e interpretar os conceitos apresentados e estabelecer a sua inter-relação</li> <li>• Perspetivar a aplicação dos conceitos transmitidos, e organizar as suas formas de prática</li> </ul>	<p><b>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Emprega as metodologias corretas de ensino</li> <li>• Identifica e classifica a aplicação dos princípios táticos</li> <li>• Usa e desenvolve os métodos corretos de intervenção</li> <li>• Diferencia através de uma análise crítica os conceitos transmitidos/observados, relacionando-os</li> </ul>
<p><b>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teste Escrito, Planificação e Apresentação resumida de um microciclo de treino de badminton</li> </ul>	

## SUBUNIDADE 3.

## 2.3. Tática de pares mistos III

- 2.3.1. Reforço das considerações táticas já apreendidas:
- 2.3.2. Análise e interpretação de situações de jogo através de observação vídeo
- 2.3.3. Análise comparativa de estilos de jogo na sua componente tática (corrente europeia e asiática; correntes atuais)
- 2.3.4. Treino específico (exercícios)

<p><b>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identificar e interpretar os conceitos apresentados e estabelecer a sua inter-relação</li> <li>• Perspetivar a aplicação dos conceitos transmitidos, e organizar as suas formas de prática</li> </ul>	<p><b>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Emprega as metodologias corretas de ensino</li> <li>• Identifica e classifica a aplicação dos princípios táticos</li> <li>• Usa e desenvolve os métodos corretos de intervenção</li> <li>• Diferencia através de uma análise crítica os conceitos transmitidos/observados, relacionando-os</li> </ul>
<p><b>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Teste Escrito, Planificação e Apresentação resumida de um microciclo de treino de badminton</li> </ul>	

## PERFIL DO FORMADOR

Possuir TPTD Badminton Grau III válido e cumulativamente ter experiência no exercício da função de treinador de Grau III nas últimas duas épocas desportivas

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

## 3. Arbitragem e regulamentos III

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
3.1. ARBITRAGEM E REGULAMENTOS III	4	2/2
Total	4	2 / 2

SUBUNIDADE 1.

### 3.1. Arbitragem e regulamentos II

3.1.1. Atualização do conhecimento das Leis e Regulamentos do Jogo, recorrendo a situações reais e análise vídeo (utilizando a metodologia já definida para o grau II)

#### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Selecionar, relacionar e interpretar os regulamentos e regras de arbitragem, conseguindo transmitir esses conceitos

#### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Emprega e aplica as metodologias corretas de ensino

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito

#### PERFIL DO FORMADOR

Possuir Curso de Árbitro ou Juiz-Árbitro de Badminton com experiência no exercício da função nos últimos 3 anos

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

## 4. Sistematização da função de treinador III

GRAU DE FORMAÇÃO\_II

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS (H)
4.1. OBSERVAÇÃO E ANÁLISE DO JOGO II	15	5/10
4.2. METODOLOGIA DO TREINO	25	7/18
Total	40	12 / 28

SUBUNIDADE 1.

### 4.1. Observação e análise do jogo II

- 4.1.1. Reforço e atualização da observação prática:
  - a. Elementos chave da observação
  - b. Observação e análise do próprio atleta/adversário
- 4.1.2. Análise: antes, durante e após o jogo
- 4.1.3. Observação e análise vídeo e correspondente tratamento estatístico (preenchimento de fichas) utilização de novas tecnologias
- 4.1.4. Aperfeiçoamento da observação vídeo

#### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar e interpretar os conceitos apresentados e estabelecer a sua inter-relação
- Perspetivar a aplicação dos conceitos transmitidos, e organizar as suas formas de prática

#### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Analisando consegue estabelecer padrões, identificar situações e empregar alternativas de atuação
- Desenvolve e aplica nova/outras formas de construção de exercícios

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste Escrito, Planificação e Apresentação resumida de um microciclo de treino de badminton

SUBUNIDADE 2.

### 4.2. Metodologia do treino

- 4.2.1. Estrutura do processo de treino;
- 4.2.2. Construção de exercícios;
- 4.2.3. Construção de Modelos de Treino de Badminton;
- 4.2.4. Planeamento da época desportiva;
- 4.2.5. Avaliação do processo de treino

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA
<ul style="list-style-type: none"><li>• Identifica e interpreta os conceitos apresentados e estabelece a sua inter-relação</li><li>• Perspetiva a aplicação dos conceitos transmitidos, e organiza as suas formas de prática</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Estabelece, desenvolve e aplica situações concretas de planos, modelos e avaliação de treino ao nível das suas diversas estruturas</li><li>• Desenvolve e aplica nova/outras formas de construção de exercícios</li></ul>

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Teste Escrito, Planificação e Apresentação resumida de um microciclo de treino de badminton

PERFIL DO FORMADOR	Teste Escrito, Planificação e Apresentação resumida de um microciclo de treino de badminton
--------------------	---

# c. Organização da Formação



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

Possuir TPTD Badminton Grau II válido e cumulativamente ter participado, como treinador, em pelo menos duas competições individuais ou de equipas nos doze meses anteriores à data de início do curso.

## 2. Condições Logísticas para a Realização do Curso de Treinadores

INSTALAÇÕES	EQUIPAMENTOS/INSTRUMENTOS PEDAGÓGICOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pavilhão Desportivo com pelo menos 2 campos de Badminton marcados com as linhas do jogo de singulares e pares</li> <li>• Sala de formação teórica para no mínimo 10 formandos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pelo menos 10 Raquetes de Badminton, 2 tubos de volantes de penas e 4 tubos de volantes sintéticos</li> <li>• Pelo menos 4 postes de suporte das redes do jogo de Badminton e 2 redes de Badminton</li> <li>• «Manual de Treinador Badminton de Grau I» disponibilizado pela FPB e de acesso livre a outras entidades</li> <li>• Quadro para apontamentos e/ou notas relacionadas com a formação</li> <li>• Computador portátil, vídeo-projetor e tela de projeção</li> </ul>

## 3. Estágios

O Estágio do Cursos de Treinadores de Grau I e II, deve reger-se por este regulamento, que contém o conjunto de regras de organização, as normas de funcionamento e as indicações de avaliação a seguir na sua organização.

[Regulamento de Estágios](#)





INSTITUTO PORTUGUÊS  
DO DESPORTO  
E JUVENTUDE, I. P.