

# Referenciais de Formação COMPONENTE ESPECÍFICA

**GRAU III**

**CORFEBOL**

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE CORFEBOL

**VERSÃO  
2020**



INSTITUTO PORTUGUÊS  
DO DESPORTO  
E JUVENTUDE, I. P.

**AUTOR:** Federação Portuguesa de Corfebol  
**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. TENDÊNCIAS DO CORFEBOL ATUAL	8
2. DIREÇÃO TÉCNICA DE UM CLUBE/FEDERAÇÃO	9
3. DETEÇÃO DE TALENTOS NO CORFEBOL	11
4. REGRAS DO JOGO	13
5. PREPARAÇÃO, DIREÇÃO E ORIENTAÇÃO DE EQUIPA	15
6. TREINO TÉCNICO INDIVIDUAL	20
7. PLANEAMENTO TÁTICO	22
8. TREINO TÁTICO OFENSIVO	24
9. TREINO TÁTICO DEFENSIVO	28
10. NOVAS TECNOLOGIAS NO TREINO / OBSERVAÇÃO E ANÁLISE DO JOGO	31
11. CORFEBOL DE PRAIA	34
<b>c. Organização da Formação</b>	<b>37</b>
1. REQUISITOS ESPECÍFICOS DE ACESSO	38
2. CONDIÇÕES LOGÍSTICAS	38

# A. Preâmbulo



# A. Preâmbulo

Os referenciais de formação específica visam 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. TENDÊNCIAS DO CORFEBOL ATUAL	3
2. DIREÇÃO TÉCNICA DE UM CLUBE/FEDERAÇÃO	3
3. DETEÇÃO DE TALENTOS NO CORFEBOL	4
4. REGRAS DO JOGO	6
5. PREPARAÇÃO, DIREÇÃO E ORIENTAÇÃO DE EQUIPA	13
6. TREINO TÉCNICO INDIVIDUAL	6
7. PLANEAMENTO TÁTICO	9
8. TREINO TÁTICO OFENSIVO	24
9. TREINO TÁTICO DEFENSIVO	14
10. NOVAS TECNOLOGIAS NO TREINO / OBSERVAÇÃO E ANÁLISE DO JOGO	10
11. CORFEBOL DE PRAIA	8
<b>Total</b>	<b>100</b>

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

# 1. Tendências do Corfebol atual

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS/TEÓRICO-PRÁTICAS (H)
1.1. ANÁLISE DAS TENDÊNCIAS DO CORFEBOL ATUAL	3	1/2/0
Total	3	1/2/0

SUBUNIDADE 1.

## 1.1. Análise das tendências do Corfebol atual

- 1.1.1. A atualidade do jogo
- 1.1.2. A realidade do corfebol em Portugal – aspetos críticos
- 1.1.3. Ideias base para o desenvolvimento dos modelos de jogo

### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Descrever as características do jogo de alto nível na atualidade do corfebol mundial
- Descrever as características do jogo praticado no enquadramento do corfebol português
- Relacionar as características do jogo em Portugal com o praticado ao mais alto nível na Europa
- Construir um plano estratégico plurianual de desenvolvimento do corfebol em Portugal

### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Demonstra uma atitude crítica relativamente à tendência evolutiva do corfebol a nível mundial
- Reconhece as diferenças entre as características do corfebol praticado em Portugal e o praticado ao mais alto nível mundialmente
- Elabora um plano estratégico plurianual, englobando todas as áreas com influência no rendimento desportivo (exp: Treino, acompanhamento psicológico, plano nutricional, marketing e comunicação, administrativo, competições etc...), para aproximar as características do jogo em Portugal com o praticado ao mais alto nível mundialmente

### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Em grupos de dois, estudo e análise sobre as principais diferenças, a todos os níveis desde administrativo ao técnico, entre o corfebol em Portugal e o praticado pelas equipas de topo a nível mundial
- Realização de um planeamento estratégico plurianual para o desenvolvimento do corfebol em Portugal de forma a aproximar ambos. Apresentação do estudo, análise e planeamento efetuado e discussão oral do mesmo

### PERFIL DO FORMADOR

- Treinador habilitado com TPTD de Corfebol Grau III



UNIDADE DE FORMAÇÃO /

## 2. Direção técnica de um clube/federação

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS/TEÓRICO-PRÁTICAS (H)
2.1. PAPEL E FUNÇÕES DO DIRETOR TÉCNICO	2	1/1/0
2.2. A DIREÇÃO TÉCNICA NO CORFEBOL EM PORTUGAL	1	1/0/0
Total	3	2/1/0

SUBUNIDADE 1.

### 2.1. Papel e funções do diretor técnico

- 2.1.1. A definição orgânica das várias áreas de ação de um clube/federação.
- 2.1.2. A direção técnica e a sua ligação à área administrativa.
- 2.1.3. As funções fundamentais do diretor técnico.
- 2.1.4. O perfil de liderança do diretor técnico e o seu enquadramento na estrutura do clube/federação.
- 2.1.5. A criação de equipa técnica pluridisciplinares
  - a. Adjuto para o ataque, Adjuto para a defesa, Preparador Físico; Fisioterapeuta; Nutricionista e Psicólogo

#### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Relacionar as estruturas orgânicas em que a direção de um clube/federação se divide
- Identificar as funções do diretor técnico na ligação entre as diversas áreas orgânicas
- Identificar os fatores de eficácia da liderança do diretor técnico
- Definir e coordenar as equipas técnicas pluridisciplinares

#### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Relaciona a ligação entre as diferentes estruturas orgânicas e o diretor técnico tendo em vista a eficácia do desenvolvimento global do projeto corfebol do clube
- Desenvolve uma atitude crítica relativamente às funções e tarefas do diretor técnico
- Define e estrutura as equipas técnicas pluridisciplinares que dependem do diretor técnico
- Participa na vivência pluridisciplinar e no estabelecimento de sinergias entre as diferentes competências da equipa

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Elabora e apresenta fundamentando as opções tomadas, um plano de construção e gestão da equipa de trabalho.
- A partir dos objetivos para a equipa, estabelece as atividades e funções de cada membro, os objetivos individuais, efetua o planeamento do trabalho, das condições de realização e os requisitos de avaliação

## SUBUNIDADE 2.

**2.2. A direção técnica no Corfebol em Portugal**

**2.2.1.** A importância do diretor técnico no desenvolvimento do corfebol em Portugal

**2.2.2.** Análise da situação atual e perspetivas de futuro

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Interpretar a importância do diretor técnico no enquadramento das estruturas dos clubes
- Identificar e analisar criticamente a realidade do corfebol em Portugal

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Desenvolve uma atitude crítica sobre a função do diretor técnico no âmbito da realidade organizativa do corfebol em Portugal
- Desenvolve uma atitude crítica construtiva na situação atual que perspetive o futuro do corfebol em Portugal

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Elabora e apresenta fundamentando as opções tomadas, um plano de construção e gestão da equipa de trabalho.
- A partir dos objetivos para a equipa, estabelece as atividades e funções de cada membro, os objetivos individuais, efetua o planeamento do trabalho, das condições de realização e os requisitos de avaliação

**PERFIL DO FORMADOR**

- Treinador habilitado com TPTD de Corfebol Grau III

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

## 3. Deteção de talentos no Corfebol

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS/TEÓRICO-PRÁTICAS (H)
3.1. CARACTERIZAÇÃO GENÉRICA DO TALENTO NO CORFEBOL	2	1/1/0
3.2. INDICADORES METODOLÓGICOS DE DETEÇÃO E SELEÇÃO DE TALENTOS	2	1/1/0
Total	4	2/2/0

SUBUNIDADE 1.

### 3.1. Caracterização genérica do talento no Corfebol

- 3.1.1. A noção do talento aplicada ao corfebol
- 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 a longo prazo:
  - a. Caracterização do treino em cada nível de prática do corfebol
  - b. Participação em competições de acordo com o desenvolvimento do atleta

#### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Relacionar o conceito de talento desportivo, diferenciando, os conceitos básicos que lhe estão associados, aplicando-os ao corfebol
- Descrever as fases de desenvolvimento dos jovens jogadores e conduzir o processo de treino de acordo com as características de cada fase
- Conceber e coordenar a implementação de planos de carreira desportiva com vista à otimização da capacidade de rendimento dos praticantes

#### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Relaciona as suas propostas táticas com as diversas fases do desenvolvimento do talento
- Descreve os diversos conteúdos do treino em função do nível de prática dos jogadores e, consequentemente, das fases de desenvolvimentos dos talentos
- Elabora planos de desenvolvimento a longo prazo de jogadores conciliando a salvaguarda dos interesses do atleta e otimização do rendimento desportivo

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Em grupos de dois, através da utilização de vídeo de jogo ou treino de jovens, realização de trabalho escrito com estudo/avaliação de potencialidades individual de jovens atletas e realização de um plano de desenvolvimento para alguns atletas, apresentação e discussão oral de trabalho

## 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 talentos
- 3.2.2. As diferentes áreas do treino desportivo que contribuem para a identificação de talentos no corfebol
- 3.2.3. O processo de desenvolvimento do talento como um processo de longo prazo: exemplos práticos e discussão

#### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar os diferentes indicadores metodológicos para a deteção e seleção de talentos no corfebol
- Interpretar, discutindo a problemática da deteção de talentos no domínio da modalidade
- Identificar as áreas do treino desportivo que contribuem para a deteção de talentos no corfebol
- Coordenar os elementos das várias áreas do treino desportivo que contribuem para a deteção de talentos no corfebol
- Identificar jovens talentos em contexto de prática aplicando os conceitos e critérios definidos

#### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Relaciona os vários indicadores e métodos de deteção de talentos para o desenvolvimento da formação de jogadores
- Discute e demonstra atitude crítica relativamente a casos práticos de deteção de talentos
- Descreve as características dentro das várias áreas do treino desportivo identificadas como importantes para a deteção de talentos no corfebol
- Propõe estratégias de coordenação dos elementos das várias áreas do treino desportivo que contribuem para a deteção de talentos no corfebol
- Identifica em contexto de prática, as características associadas aos conceitos básicos de talento no corfebol
- Identifica jovens talentos em contexto de prática aplicando os conceitos e critérios definidos

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Em grupos de dois, através da utilização de vídeo de jogo ou treino de jovens, realização de trabalho escrito com estudo/avaliação de potencialidades individual de jovens atletas e realização de um plano de desenvolvimento para alguns atletas, apresentação e discussão oral de trabalho

#### PERFIL DO FORMADOR

- Treinador habilitado com TPTD de Corfebol Grau III

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

## 4. Regras do jogo

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS/TEÓRICO-PRÁTICAS (H)
4.1. REGRAS E REGULAMENTOS	3	2/1/0
4.2. CRITÉRIOS DE ARBITRAGEM - INTERPRETAÇÃO E SITUAÇÕES ESPECIAIS	3	2/1/0
Total	6	4/2/0

SUBUNIDADE 1.

### 4.1. Regras e regulamentos

- 4.1.1. As alterações às regras introduzidas pela IKF
- 4.1.2. Exceções e Recomendações permitidas no Regulamento de Competições
- 4.1.3. Revisão das regras do jogo

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Descrever as alterações introduzidas nas regras
- Descrever os casos onde o regulamento de competições pode permitir exceções às regras do jogo
- Explicar com clareza as regras do jogo e quais são os requisitos necessários para ser considerado uma infração

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Descreve as alterações introduzidas nas regras e tem atitude crítica em como as mesmas se podem refletir no jogo
- Relaciona as exceções e recomendações permitidas no Regulamento de Competições e associar a razão, onde o regulamento de competições permite essas exceções
- Descreve, explica e identifica em situação de jogo, com clareza as regras do jogo

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Teste escrito e resposta oral a questões sobre situações práticas através de vídeo

SUBUNIDADE 2.

## 4.2. Critérios de arbitragem - interpretação e situações especiais

- 4.2.1. Análise dos critérios de arbitragem que mais diferenciam posições entre treinadores e jogadores
- 4.2.2. Os critérios para o *Play On* e o porquê
- 4.2.3. Recomeço de Jogo vs. Livre - Critérios e aplicação
- 4.2.4. O critério disciplinar no corfebol
- 4.2.5. A comunicação entre a equipa de arbitragem e o treinador/jogadores - Sinais do Árbitro

### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Descrever as situações de divergência relativa a critérios de arbitragem para melhor poder discuti-los
- Explicar os critérios de aplicação do *Play On*
- Explicar os critérios que diferenciam a aplicação de um Recomeço de Jogo ou um Livre
- Explicar as situações que requerem sanções disciplinares no corfebol
- Explicar os sinais dos árbitros e as formas de comunicação entre a equipa de arbitragem e os jogadores/treinadores

### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Desenvolve discussões construtivas sobre situações reais das suas vivências em competição interpretando-as de acordo com as regras do jogo
- Descreve os critérios de aplicação do *Play On* e identifica em situações de jogo onde o mesmo deve ser aplicado
- Descreve os critérios diferenciadores da aplicação de um Recomeço de Jogo ou um Livre e, identifica em situações de jogo qual deve ser aplicado
- Descreve e identifica em jogo as situações que requerem sanções disciplinares no corfebol
- Identifica os sinais dos árbitros, relaciona os com as regras do jogo e identifica em situação de jogo quando devem ser aplicados

### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Teste escrito e resposta oral a questões sobre situações práticas através de vídeo

### PERFIL DO FORMADOR

- Treinador habilitado com TPTD de Corfebol Grau III

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

## 5. Preparação, direção e orientação da equipa

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS/TEÓRICO-PRÁTICAS (H)
5.1. CADERNO DO TREINADOR	3	1/2/0
5.2. APRESENTAÇÃO E TREINO DO PLANO DE JOGO	3	1/2/0
5.3. ELABORAR O PLANO DE JOGO	3	1/2/0
5.4. DIA DO JOGO	2	1/1/0
5.5. APÓS O JOGO	2	1/1/0
Total	13	5/8/0

SUBUNIDADE 1.

### 5.1. Caderno do treinador

- 5.1.1. Identificar e caracterizar os jogadores da equipa
- 5.1.2. Definição de objetivos:
  - a. Formação, preparação e performance
- 5.1.3. Modelo de jogo (estrutura (s) e princípios funcionais do jogo da equipa)
- 5.1.4. Formação e desenvolvimento do jogador:
  - a. Missões táticas do jogador, na organização do jogo da equipa
  - b. Etapas de formação dos jovens jogadores
  - c. Identificação e desenvolvimento do talento em corfebol
- 5.1.5. Organização do processo de treino:
  - a. Planificação, programação e periodização; planeamento do microciclo; mesociclo e macrociclo meios e métodos de treino
- 5.1.6. Registos de mesociclo
- 5.1.7. Registos de microciclo
- 5.1.8. Registos das sessões de treino
- 5.1.9. Registos de jogo
- 5.1.10. Avaliação do desenvolvimento do jogador e da equipa:
  - a. Indicadores de treino;
  - b. Indicadores de competição

#### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar a estrutura global do caderno do treinador
- Definir e organizar os meios de avaliação e controlo da equipa e de planeamento do microciclo e da sessão de treino em conjunto com a sua equipa pluridisciplinar para as diferentes áreas do treino
- Definir indicadores de treino e competição para controlo e avaliação dos jogadores e da equipa, nas diferentes áreas do treino e fases do jogo

#### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Descreve e organiza a estrutura global do caderno do treinador
- Utiliza os meios de avaliação da equipa e de planeamento do microciclo e da sessão de treino apresentando propostas para as diferentes áreas do treino
- Utiliza fichas de planificação do treino e avaliação dos jogadores e equipa

Continua &gt;&gt;

&gt;&gt; Continuação

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Definir objetivos de acordo com avaliação da sua equipa
- Planificar e periodizar o plano de treino em articulação com os treinadores das equipas de formação numa perspetiva de continuidade

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Define objetivos de acordo com a avaliação que fez da sua equipa e justifica as opções tomadas
- Estrutura o seu planeamento de treinos a longo prazo tendo em consideração o desenvolvimento dos treinadores e das equipas de formação do clube

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- A partir dos dados obtidos da observação/acompanhamento da equipa (vídeo ou em campo), em grupos de 2, apresenta, fundamenta e reflete sobre as estratégias adotadas na elaboração de um plano de jogo/planeamento de treinos que contemple:
  - a. A articulação com as equipas multidisciplinares para as diferentes áreas do treino
  - b. A caracterização do adversário
  - c. O período, época ou momento do jogo definido
  - d. A aplicação de meios auxiliares de avaliação da competição
  - e. O plano conjunto do jogo/época seguinte

## SUBUNIDADE 2.

**5.2. Apresentação e treino do plano de jogo**

5.2.1. Diferentes modelos de apresentação do plano de jogo

5.2.2. Treinar o plano de jogo:

- a. Treino de jogo ou jogo de treino
- b. Treino de jogo condicionado
- c. Treino das especificidades técnicas e táticas

5.2.3. Treinar para competir e competir para treinar:

- a. Treinar com números
- b. Gestão do risco
- c. Como impor o ritmo de jogo

5.2.4. Simulação das condições da competição:

- a. O ambiente de competição (hostil, arbitragem, terreno de jogo)
- b. A própria equipa fazer treino de jogo
- c. O adversário – Simular
- d. Carga emocional e desgaste físico

5.2.5. Mentalidade, confiança e motivação

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Caracterizar e objetivar a semana de trabalho, o adversário e o nível de competição
- Coordenar a sua equipa pluridisciplinar na preparação e aplicação em treino do plano de jogo
- Adequar a preparação psicológica de acordo com as especificidades da competição e dos jogadores
- Diferenciar o trabalho de Seleção do trabalho nos Clubes
- Diferenciar preparação dos jogos para competições concentradas das competições corridas com jornadas

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Propõe estratégias de intervenção para a elaboração e aplicação do plano geral de trabalho em função da semana, da sua equipa e/ou do adversário
- Caracteriza os aspetos mais determinantes nas diferentes competições
- Recolhe informação pertinente sobre o adversário que vai confrontar
- Adequa o plano de jogo para sua equipa de acordo com as características da competição e a informação recolhida da equipa adversária

Continua &gt;&gt;



>> Continuação

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- A partir dos dados obtidos da observação/acompanhamento da equipa (vídeo ou em campo), em grupos de 2, apresenta, fundamenta e reflete sobre as estratégias adotadas na elaboração de um plano de jogo/planeamento de treinos que contemple:
  - a. A articulação com as equipas multidisciplinares para as diferentes áreas do treino
  - b. A caracterização do adversário
  - c. O período, época ou momento do jogo definido
  - d. A aplicação de meios auxiliares de avaliação da competição
  - e. O plano conjunto do jogo/época seguinte

#### SUBUNIDADE 3.

### 5.3. Elaborar o plano de jogo

- 5.3.1. Avaliação da própria equipa e do adversário
- 5.3.2. Caracterizar o nível de jogo:
  - a. Estrutura funcional (o encaixe das equipas, etc.)
  - b. Dinâmicas do sistema de jogo
  - c. Desenvolver o plano defensivo
  - d. Desenvolver o plano ofensivo
- 5.3.3. Plano de jogo com a participação dos jogadores

#### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar as diferentes componentes da estrutura funcional do jogo de corfebol
- Relacionar as componentes funcionais e organizacionais do jogo
- Definir o nível competitivo da equipa em função dos adversários e do nível competitivo
- Coordenar a sua equipa pluridisciplinar na elaboração do plano de jogo

#### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Explícita e relaciona as diferentes componentes funcionais do jogo
- Caracteriza o nível de competição atendendo ao encaixe funcional das equipas
- Propõe estratégias de intervenção para a elaboração do plano de jogo atendendo aos diferentes momentos do jogo

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- A partir dos dados obtidos da observação/acompanhamento da equipa (vídeo ou em campo), em grupos de 2, apresenta, fundamenta e reflete sobre as estratégias adotadas na elaboração de um plano de jogo/planeamento de treinos que contemple:
  - a. A articulação com as equipas multidisciplinares para as diferentes áreas do treino
  - b. A caracterização do adversário
  - c. O período, época ou momento do jogo definido
  - d. A aplicação de meios auxiliares de avaliação da competição
  - e. O plano conjunto do jogo/época seguinte

**SUBUNIDADE 4.****5.4. Dia do jogo**

- 5.4.1.** Antes do jogo:
- Relembrar o plano geral para o jogo
  - Centrar a informação nos objetivos determinantes
  - Adequar o nível motivacional e emocional da equipa
  - Reconfirmar o plano de jogo no aquecimento das equipas
- 5.4.2.** Informação durante a competição:
- Durante o jogo manter um auto diálogo constante
  - Observar ou confirmar as tendências das equipas
  - Avaliação no momento
  - Controlo do plano de jogo
- 5.4.3.** Utilização de meios auxiliares de avaliação da competição
- 5.4.4.** Estatística do jogo – os números do jogo

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Identificar os dados auxiliares de avaliação a considerar na orientação da equipa nos treinos e na competição
- Implementar o plano de jogo durante a competição
- Avaliar e ajustar o plano de jogo durante a competição de acordo com a informação que é recolhida pela sua equipa técnica

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Estrutura, elabora e aplicação de fichas de caracterização da prestação individual e coletiva durante o jogo
- Propõe estratégias para implementação do plano de jogo durante a competição
- Propõe formas objetivas de avaliação da informação recolhida durante o jogo
- Ajusta o plano de jogo durante a competição de acordo com a informação recolhida

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- A partir dos dados obtidos da observação/acompanhamento da equipa (vídeo ou em campo), em grupos de 2, apresenta, fundamenta e reflete sobre as estratégias adotadas na elaboração de um plano de jogo/planeamento de treinos que contemple:
  - A articulação com as equipas multidisciplinares para as diferentes áreas do treino
  - A caracterização do adversário
  - O período, época ou momento do jogo definido
  - A aplicação de meios auxiliares de avaliação da competição
  - O plano conjunto do jogo/época seguinte

**SUBUNIDADE 5.****5.5. Após o jogo**

- 5.5.1.** Análise e avaliação do jogo e preparação do jogo seguinte:
- Análise individual de prestação
  - Análise da prestação da equipa
  - Retenção dos valores do adversário
  - Retirar os valores de referência para o treino (o treinar com números
- 5.5.2.** Preparação do próximo ciclo de trabalho:
- Análise do adversário com os jogadores
  - Plano conjunto com os jogadores
  - Observação de vídeo ou preparação prática

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Analisar criteriosamente a prestação individual dos jogadores da sua equipa, reconhecendo os pontos onde deverá centrar o seu trabalho</li> <li>• Analisar a prestação individual e coletiva da equipa adversária</li> <li>• Preparar o ciclo de trabalho seguinte</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Propõe estratégias de intervenção para a análise criteriosa da prestação individual dos jogadores da sua equipa de acordo com os critérios previamente definidos, reconhecendo os pontos onde deverá centrar o seu trabalho</li> <li>• Propõe estratégias de intervenção para a análise da prestação individual e coletiva da equipa adversária, de acordo com os critérios previamente definidos</li> </ul>

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- A partir dos dados obtidos da observação/acompanhamento da equipa (vídeo ou em campo), em grupos de 2, apresenta, fundamenta e reflete sobre as estratégias adotadas na elaboração de um plano de jogo/planeamento de treinos que contemple:
  - a. A articulação com as equipas multidisciplinares para as diferentes áreas do treino
  - b. A caracterização do adversário
  - c. O período, época ou momento do jogo definido
  - d. A aplicação de meios auxiliares de avaliação da competição
  - e. O plano conjunto do jogo/época seguinte

#### PERFIL DO FORMADOR

- Treinador habilitado com TPTD de Corfebol Grau III

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

## 6. Treino técnico individual

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS/TEÓRICO-PRÁTICAS (H)
6.1. TÉCNICA DEFENSIVA	3	1/2/0
6.2. TÉCNICA OFENSIVA	3	1/2/0
Total	6	2/4/0

SUBUNIDADE 1.

### 6.1. Técnica defensiva

- 6.1.1. Posição Básica Defensiva
- 6.1.2. Deslocamentos defensivos
- 6.1.3. Enquadramento defensivo
- 6.1.4. Defesa da assistência
- 6.1.5. Defesa pela frente na assistência
- 6.1.6. Defesa pela frente no exterior
- 6.1.7. Defesa de Ressalto

#### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Identificar em treino e jogo os principais erros técnicos defensivos individuais dos atletas, que sejam limitativos da realização das ações táticas
- Coordena os trabalhos com a sua equipa técnica para a defesa, na criação de estratégias de correção dos principais erros técnicos defensivos dos atletas, que sejam limitativos da realização das ações táticas
- Envolver todos os treinadores do clube/seleções nacionais dos diferentes escalões etários na elaboração de estratégias para correção de erros técnicos defensivos individuais dos atletas, que sejam limitativos da realização das ações táticas

#### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identifica em situação de treino e/ou jogo os principais erros técnicos defensivos individuais dos atletas, que sejam limitativos da realização das ações táticas
- Apresenta estratégias de correção dos principais erros técnicos defensivos individuais dos atletas, que sejam limitativos da realização das ações táticas
- Apresenta estratégias, direcionadas aos treinadores do clube/ seleções nacionais dos diferentes escalões etários, na elaboração de planos para a correção de erros técnicos defensivos individuais dos atletas, que sejam limitativos da realização das ações táticas

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), apresenta, a título individual, um plano de treino discriminativo que identifique:
  - a. Os principais erros técnicos defensivos individuais dos jogadores que sejam limitativos da realização das ações táticas
  - b. As estratégias para correção dos referidos erros técnicos defensivos

## SUBUNIDADE 2.

**6.2. Técnica ofensiva**

- 6.2.1. Passe longo
- 6.2.2. Receção
- 6.2.3. Deslocamentos ofensivo
- 6.2.4. Assistência
- 6.2.5. Ressalto estático
- 6.2.6. Ressalto dinâmico
- 6.2.7. Lançamento curto
- 6.2.8. Lançamento longo
- 6.2.9. Lançamento na passada

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Identificar em treino e jogo os principais erros técnicos ofensivos individuais dos atletas, que sejam limitativos da realização das ações táticas
- Coordena os trabalhos com o seu adjunto para a defesa, na criação de estratégia de correção dos principais erros técnicos ofensivos dos atletas, que sejam limitativos da realização das ações táticas
- Envolver todos os treinadores do clube/seleções nacionais dos diferentes escalões etários na elaboração de estratégias para correção de erros técnicos ofensivos individuais dos atletas, que sejam limitativos da realização das ações táticas

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Identifica em situação de treino e/ou jogo os principais erros técnicos defensivos individuais dos atletas, que sejam limitativos da realização das ações táticas
- Apresenta estratégia de correção dos principais erros técnicos defensivos individuais dos atletas, que sejam limitativos da realização das ações táticas
- Apresenta estratégias, tendo em consideração a participação dos treinadores do clube/ seleções nacionais dos diferentes escalões etários, para a correção de erros técnicos defensivos individuais dos atletas, que sejam limitativos da realização das ações táticas

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), apresenta, a título individual, um plano de treino discriminativo que identifique:
  - a. Os principais erros técnicos defensivos individuais dos jogadores que sejam limitativos da realização das ações táticas
  - b. As estratégias para correção dos referidos erros técnicos defensivos

**PERFIL DO FORMADOR**

- Treinador habilitado com TPTD de Corfebol Grau III

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

## 7. Planeamento tático

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS/TEÓRICO-PRÁTICAS (H)
7.1. PLANIFICAÇÃO CONCEPTUAL	3	1/2/0
7.2. PLANIFICAÇÃO TÁTICA	3	1/2/0
7.3. MOMENTOS DO JOGO	3	1/2/0
Total	9	3/6/0

SUBUNIDADE 1.

### 7.1. Planificação conceptual

- 7.1.1. Modelo de jogo
- 7.1.2. Sistema de jogo
- 7.1.3. Estratégia de jogo

#### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Distinguir e caracterizar os elementos fundamentais da planificação conceptual em corfebol
- Conceber um modelo de jogo em estreita colaboração com a sua equipa técnica pluridisciplinar (adjunto para o ataque e adjunto para a defesa), de acordo com as características da sua equipa e com os objetivos traçados
- Diferenciar e caracterizar a diferença entre Modelo de Jogo e Sistema de Jogo
- Idealizar vários sistemas de jogo que possam funcionar no Modelo de jogo concebido

#### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Organiza os elementos fundamentais da planificação conceptual em corfebol de acordo com a competição onde está inserido
- Apresenta estratégias de trabalho para a conceção de um modelo de jogo, justificando as suas opções, de acordo com os objetivos traçados para a equipa e as características dos jogadores da sua equipa
- Idealiza diferentes sistemas de jogo que funcionem no modelo de jogo concebido e adequa a utilização dos diferentes sistemas de jogo de acordo com as características da equipa adversária

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elabora um plano de treino para a equipa, com alterações ao nível do sistema de jogo / estratégia para o jogo / ações táticas para colmatar deficiências identificadas no jogo. Apresentação oral do trabalho justificando as opções apresentadas

SUBUNIDADE 2.

### 7.2. Planificação tática

- 7.2.1. Fundamentos da planificação tática:
  - a. Responsabilidade do treinador *versus* jogador
- 7.2.2. Direção da equipa antes do jogo:
  - a. Reunião e palestra
- 7.2.3. Direção da equipa durante o jogo:
  - a. Informações de retorno, substituições, gestão dos suplentes

**7.2.4.** Direção da equipa durante o intervalo de jogo:

- a. Descanso, preparação para a 2ª parte

**7.2.5.** Direção da equipa após o final do jogo:

- a. Avaliação do desempenho da equipa

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Explicar os fundamentos da planificação tática
- Explicar os diferentes momentos da planificação tática e organizar as áreas de intervenção

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Organiza os fundamentos da planificação tática
- Elabora um “Plano de Jogo” descrevendo as ações táticas propostas para o jogo e as alterações táticas que espera tomar durante o jogo, fundamentando com a análise que fez do adversário e com o que espera do jogo
- Elabora uma reflexão crítica onde descreve as ações táticas utilizadas e alteradas durante o jogo, fundamentando as alterações

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elabora um plano de treino para a equipa, com alterações ao nível do sistema de jogo / estratégia para o jogo / ações táticas para colmatar deficiências identificadas no jogo. Apresentação oral do trabalho justificando as opções apresentadas

SUBUNIDADE 3.

**7.3. Momentos do jogo**

**7.3.1.** Ataque

**7.3.2.** Transição Ataque Defesa

**7.3.3.** Defesa

**7.3.4.** Transição Defesa Ataque

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Caracterizar os Momentos do Jogo
- Planear o treino de cada um dos Momentos do Jogo
- Elaborar estratégias para cada um dos momentos do jogo de acordo com o contexto do jogo

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Identifica e caracteriza os Momentos do Jogo
- Planeia o treino de cada um dos Momentos do Jogo
- Elabora estratégias para cada um dos momentos do jogo de acordo com o contexto do jogo

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elabora um plano de treino para a equipa, com alterações ao nível do sistema de jogo / estratégia para o jogo / ações táticas para colmatar deficiências identificadas no jogo. Apresentação oral do trabalho justificando as opções apresentadas

**PERFIL DO FORMADOR**

- Treinador habilitado com TPTD de Corfebol Grau III

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

## 8. Treino tático ofensivo

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS/TEÓRICO-PRÁTICAS (H)
8.1. AS AÇÕES DO JOGO NO ATAQUE	4	1/2/1
8.2. DIREÇÃO DA ASSISTÊNCIA PARA LANÇAMENTO	3	1/1/1
8.3. ATAQUE CONTRA DEFESAS DE RESSALTO	3	1/1/1
8.4. ATAQUE CONTRA DEFESAS PRESSIONANTES	2	1/1/0
8.5. ATAQUE CONTRA DEFESAS PELA FRENTE NA ZONA DO POSTE	3	1/1/1
8.6. O TREINO DE LIVRES	2	1/1/0
8.7. CORFEBOL DINÂMICO	3	1/1/1
8.8. EXERCÍCIOS ANALÍTICOS VS. JOGO CONDICIONADO NO TREINO DO ATAQUE	4	1/2/1
Total	24	8/10/6

SUBUNIDADE 1.

### 8.1. As ações do jogo no ataque

- 8.1.1. Lançamento
- 8.1.2. Assistência
- 8.1.3. Ressalto
- 8.1.4. Criar espaço

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Caracterizar as Ações do Jogo no Ataque
- Planejar e aplicar em treino, o treino de cada uma das Ações do Jogo no Ataque

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Identifica e caracteriza as Ações do Jogo no Ataque
- Apresenta estratégias para o planeamento e aplicação em treino, de cada uma das Ações do Jogo no Ataque

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 8.1 a 8.5), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas



## SUBUNIDADE 2.

**8.2. Direção da assistência para lançamento**

8.2.1. Interior

8.2.2. Exterior

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Caracterizar as diferentes direções da assistência para lançamento
- Elaborar e aplicar em treino, o treino de cada uma das direções da assistência para lançamento

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Identifica e caracteriza as Direções da Assistência para lançamento
- Apresenta estratégias no planeamento e aplicação em treino, de cada uma das direções da assistência para lançamento

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 8.1 a 8.5), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas

## SUBUNIDADE 3.

**8.3. Ataque contra defesas de ressalto**

8.3.1. Estratégias de ataque contra defesas de ressalto

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Elaborar e aplicar em treino estratégias para atacar contra defesas de ressalto

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Apresenta estratégias para o planeamento e aplicação em treino, de planos para atacar contra defesas de ressalto

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 8.1 a 8.5), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas

## SUBUNIDADE 4.

**8.4. Ataque contra defesas pressionantes**

8.4.1. Estratégias de ataque contra defesas pressionantes

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Elaborar e aplicar em treino, estratégias para atacar contra defesas pressionantes

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Apresenta estratégias para a elaboração e aplicação em treino, de planos para atacar contra defesas pressionantes

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 8.1 a 8.5), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas

## SUBUNIDADE 5.

**8.5. Ataque contra defesas pela frente na zona do poste****8.5.1. Estratégias de ataque contra defesas pela frente na zona do poste**

<p><b>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Elaborar e aplicar em treino de estratégias para atacar contra defesas pela frente na zona do poste</li> </ul>	<p><b>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Apresenta estratégias para a elaboração e aplicação em treino, de planos para atacar contra defesas pela frente na zona do poste</li> </ul>
<p><b>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 8.1 a 8.5), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas</li> </ul>	

## SUBUNIDADE 6.

**8.6. O treino de livres****8.6.1. Estratégias de marcação de livres**

<p><b>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar os posicionamentos específicos</li> <li>Definir, planear e aplicar em treino, estratégias de marcação de livres</li> </ul>	<p><b>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Apresenta estratégias para a elaboração e aplicação em treino, de diferentes formas para marcação de livres</li> </ul>
<p><b>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 8.1 a 8.5), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas</li> </ul>	

## SUBUNIDADE 7.

**8.7. Corfebol dinâmico****8.7.1. Objetivos do ataque dinâmico****8.7.2. Estratégia para o treino do ataque dinâmico**

<p><b>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identificar os objetivos do ataque dinâmico</li> <li>Identificar os conceitos básicos para a construção do ataque dinâmico</li> </ul>	<p><b>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Identifica os objetivos do ataque dinâmico</li> <li>Identifica os conceitos básicos para a construção do ataque dinâmico</li> </ul>
<p><b>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 8.1 a 8.5), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas</li> </ul>	

**SUBUNIDADE 8.**

## 8.8. Exercícios analíticos Vs. Jogo condicionado no treino do ataque

### 8.8.1. Diferenças e benefícios da utilização do jogo reduzido condicionado em relação aos exercícios analíticos

#### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Preparar exercícios competitivos condicionados por números e objetivos concretos
- Adequar o jogo condicionado aos objetivos definidos

#### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Emprega regras, pontuações, e graus de exigência diversos na criação de exercícios competitivos, em função dos objetivos
- Modifica o jogo condicionado para adequar a diferentes objetivos

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 8.1 a 8.5), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas

#### PERFIL DO FORMADOR

- Treinador habilitado com TPTD de Corfebol Grau III

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

## 9. Treino tático defensivo

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS/TEÓRICO-PRÁTICAS (H)
9.1. GENERALIDADES SOBRE A DEFESA	2	1/1/0
9.2. AS AÇÕES DO JOGO NA DEFESA	2	1/1/0
9.3. DEFESA DE RESSALTO	2	1/1/0
9.4. DEFESA PRESSIONANTE	2	1/1/0
9.5. DEFESAS PELA FRENTE NA ZONA DO POSTE	2	1/1/0
9.6. DEFESA DE LIVRES	2	1/1/0
9.7. EXERCÍCIOS ANALÍTICOS VS. JOGO CONDICIONADO NO TREINO DO DEFESA	2	1/1/0
Total	14	7/7/0

SUBUNIDADE 1.

### 9.1. Generalidades sobre a defesa

- 9.1.1. A importância da defesa no corfebol
- 9.1.2. Fatores da eficácia da defesa
- 9.1.3. Pressupostos para a construção do sistema defensivo

#### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Reconhecer a importância da defesa no contexto do corfebol atual
- Interpretar os fatores de eficácia do sucesso defensivo e articula-os com os pressupostos para a construção do sistema defensivo
- 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

- Aplica os aspetos teóricos sobre a importância da defesa e os seus fatores de eficácia no desenvolvimento dos trabalhos apresentados
- Aplica os pressupostos para a construção do sistema defensivo
- Descreve e aplica as soluções fundamentais e as soluções alternativas em função da leitura da relação ataque-defesa
- Adota uma atitude de reflexão estratégico-tática de modo a interpretar cada situação defensiva de modo crítico

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração de um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 9.3 a 9.6), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas

## SUBUNIDADE 2.

## 9.2. As ações do jogo na defesa

- 9.2.1. Evitar/ dificultar lançamento
- 9.2.2. Roubar a bola
- 9.2.3. Evitar a assistência
- 9.2.4. Ganhar ressalto

### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Caracterizar as Ações do Jogo na Defesa
- Planear e aplicar em treino, o treino de cada uma das Ações do Jogo na Defesa

### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Identificar e caracterizar as Ações do Jogo na Defesa
- Apresenta estratégias para o planeamento e aplicação em treino, de cada uma das Ações do Jogo na Defesa

### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração de um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 9.3 a 9.6), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas

## SUBUNIDADE 3.

## 9.3. Defesa de ressalto

- 9.3.1. A defesa de ressalto como estratégia de defesa
- 9.3.2. Treino da defesa de ressalto

### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Elaborar estratégias para utilizar a defesa de ressalto para contrariar o sistema de jogo do adversário
- Elaborar e aplica planos de treino para treinar a defesa de ressalto

### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Elabora estratégias para utilizar da defesa de ressalto para contrariar o sistema de jogo do adversário
- Apresenta estratégias para o planeamento e aplicação em treino, a defesa de ressalto

### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração de um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 9.3 a 9.6), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas

## SUBUNIDADE 4.

## 9.4. Defesa pressionante

- 9.4.1. A defesa pressionante como estratégia de defesa
- 9.4.2. O treino da defesa pressionante

### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Elaborar estratégias para utilizar uma defesa pressionantes para contrariar o sistema de jogo do adversário
- Elaborar e aplicar planos de treino para treinar a defesa pressionante

### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Elabora estratégias para utilizar uma defesa pressionantes para contrariar o sistema de jogo do adversário
- Apresenta estratégias para o planeamento e aplicação em treino, a defesa pressionante

### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração de um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 9.3 a 9.6), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas

## SUBUNIDADE 5.

**9.5. Defesas pela frente na zona do poste**

9.5.1. A defesa pela frente na zona do poste como estratégia de defesa

9.5.2. O treino da defesa pela frente na zona do poste

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Elaborar estratégias para utilizar a defesa pela frente na zona do poste para contrariar o sistema de jogo do adversário
- Elaborar e aplicar planos de treino para o treino da defesa pela frente na zona do poste

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Elabora estratégias para utilizar a defesa pela frente na zona do poste para contrariar o sistema de jogo do adversário
- Apresenta estratégias para o planeamento e aplicação em treino, a defesa pela frente na zona do poste

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração de um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 9.3 a 9.6), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas

## SUBUNIDADE 6.

**9.6. Defesa de livres**

9.6.1. Estratégias de defesa na marcação de livres

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Definir estratégias para a defesa na marcação de livres
- Elaborar e aplicar planos de treino para o treino da defesa na marcação de livres

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Define estratégias para a defesa na marcação de livres
- Apresenta estratégias para o planeamento e aplicação em treino, a defesa na marcação de livres

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração de um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 9.3 a 9.6), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas

## SUBUNIDADE 7.

**9.7. Exercícios analíticos VS Jogo condicionado no treino do defesa**

9.7.1. O jogo condicionado

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Preparar exercícios competitivos condicionados por números e objetivos concretos

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Emprega regras, pontuações, e graus de exigência diversos na criação de exercícios competitivos, em função dos objetivos

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Perante a observação de um jogo (em vídeo ou em campo), elaboração de um plano de treino dirigidos a corrigir algum aspeto em um dos pontos (de 9.3 a 9.6), devidamente fundamentado com a observação de alguma carência observada. Apresentação oral do trabalho, justificando as opções apresentadas

**PERFIL DO FORMADOR**

- Treinador habilitado com TPTD de Corfebol Grau III

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

## 10. Novas tecnologias no treino / Observação e análise do jogo

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS/TEÓRICO-PRÁTICAS (H)
10.1. UTILIZAÇÃO DE NOVAS TECNOLOGIAS NO TREINO	2	1/1/0
10.2. SCOUTING/OBSERVAÇÃO DO JOGO	2	1/1/0
10.3. SELEÇÃO, TRANSMISSÃO E APLICAÇÃO DA INFORMAÇÃO PROVENIENTE DA OBSERVAÇÃO DO JOGO	3	1/2/0
10.4. CONSTRUÇÃO E APLICAÇÃO DE FICHAS DE OBSERVAÇÃO E SCOUTING	3	1/2/0
Total	10	4/6/0

SUBUNIDADE 1.

### 10.1. Utilização de novas tecnologias no treino

10.1.1. A importância das ferramentas digitais e das redes sociais para o trabalho do treinador

10.1.2. Ferramentas digitais para a preparação de caderno de jogadas, caderno de exercícios e de planos de preparação

10.1.3. Ferramentas digitais para a realização de *scouting* individual e coletivo

#### COMPETÊNCIAS DE SAÍDA

- Utilizar ferramentas digitais de comunicação e ferramentas de auxílio à preparação da equipa
- Reconhecer a importância e utilizar as ferramentas digitais existentes, como um instrumento útil de análise, planeamento e preparação do treino e jogo no corfebol de rendimento
- Reconhecer as vantagens, efeitos e riscos da utilização das redes sociais

#### CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

- Utiliza as ferramentas digitais no seu planeamento
- Utiliza as ferramentas digitais existentes, de uma forma consistente, como instrumento útil na análise, planeamento e preparação do treino e jogo
- Discute e demonstra atitude crítica relativamente ao uso das redes sociais para o treino em corfebol

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Em grupos de dois, utilizando as ferramentas digitais existentes, procede à análise de uma situação concreta de treino e de jogo e, de acordo com os dados obtidos, elabora o planeamento do treino e a preparação para o jogo. Apresentação do planeamento efetuado e discussão oral do mesmo

## SUBUNIDADE 2.

10.2. *Scouting*/observação do jogo10.2.1. A importância do *scouting*10.2.2. As fases e fontes de recolha de informação para a realização do *scouting*

10.2.3. A observação da equipa adversária e da própria equipa: critérios para a observação do ataque e para a observação da defesa

10.2.4. A observação dos jogadores: critérios para o *scouting* individual**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Reconhecer a importância da utilização do *scouting* no corfebol de rendimento
- Distinguir e utilizar com pertinência as fontes e as fases de recolha de informação possíveis de controlar na realização do *scouting*
- Identificar, diferenciar e utilizar 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
- Apresenta estratégias para a seleção e escolha dos parâmetros de observação e dos critérios a aplicar na observação do ataque e da defesa, quer individualmente quer para cada quadrado quer para a equipa

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Em grupos de dois, utilizando as ferramentas digitais existentes, procede à análise de uma situação concreta de treino e de jogo e, de acordo com os dados obtidos, elabora o planeamento do treino e a preparação para o jogo. Apresentação do planeamento efetuado e discussão oral do mesmo

## SUBUNIDADE 3.

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

10.3.1. A análise da informação recolhida e definição de estratégia

10.3.2. A relação *scouting*/treino10.3.3. A relação *scouting*/jogador/equipa10.3.4. O *scouting* e a direção do jogo: Formulação do plano de jogo**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Ter uma reflexão estratégica sobre os dados recolhidos e conseguir com pertinência utilizar essa informação na preparação dos treinos competição
- Relacionar a ação de *scouting* com o trabalho desenvolvido em treino, dirigido para o jogador, para cada quadrado e para a equipa

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Demonstra a utilidade estratégica da informação recolhida através do *scouting* numa perspetiva de preparação e competição
- Utiliza com pertinência a interpretação feita através da análise dos dados recolhidos na preparação do treino

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Em grupos de dois, utilizando as ferramentas digitais existentes, procede à análise de uma situação concreta de treino e de jogo e, de acordo com os dados obtidos, elabora o planeamento do treino e a preparação para o jogo. Apresentação do planeamento efetuado e discussão oral do mesmo



**SUBUNIDADE 4.**

## 10.4. Construção e aplicação de fichas de observação e *scouting*

### 10.4.1. Construção de fichas de observação dirigidas para o *scouting* de uma equipa:

- a. Observação do ataque
- b. Observação da defesa

COMPETÊNCIAS DE SAÍDA	CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Diagnosticar e registar através de vídeo os comportamentos que efetivamente pretende observar</li> <li>• Desenvolver fichas de registo de dados estatísticos dirigidas para a observação do ataque e da defesa, a nível individual, de cada quadrado e da equipa</li> <li>• Coordenar os elementos da sua equipa técnica pluridisciplinar no registo e análise de dados recolhidos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desenvolve uma ficha de <i>scouting</i> para o ataque e para a defesa com base na informação recolhida</li> <li>• Pratica a observação do jogo usando a ficha de observação desenvolvida com vista a caracterizar coletivamente a equipa observada</li> <li>• Desenvolve fichas de registo e análise de dados estatísticos dirigidas para a observação do ataque e da defesa, a nível individual, de cada quadrado e da equipa</li> </ul>

#### FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS

- Em grupos de dois, utilizando as ferramentas digitais existentes, procede à análise de uma situação concreta de treino e de jogo e, de acordo com os dados obtidos, elabora o planeamento do treino e a preparação para o jogo. Apresentação do planeamento efetuado e discussão oral do mesmo

#### PERFIL DO FORMADOR

- Treinador habilitado com TPTD de Corfebol Grau III

UNIDADE DE FORMAÇÃO /

## 11. Corfebol de Praia

GRAU DE FORMAÇÃO\_III

SUBUNIDADES	HORAS	TEÓRICAS / PRÁTICAS/TEÓRICO-PRÁTICAS (H)
11.1. APRESENTAÇÃO DO CORFEBOL DE PRAIA	1	1/0/0
11.2. REGRAS DE CORFEBOL DE PRAIA	1	1/0/0
11.3. COMPONENTE FÍSICA NO CORFEBOL DE PRAIA	2	1/1/0
11.4. TÉCNICA ESPECÍFICA DE CORFEBOL DE PRAIA	2	1/1/0
11.5. TÁTICA ESPECÍFICA DE CORFEBOL DE PRAIA	2	1/1/0
Total	8	5/3/0

SUBUNIDADE 1.

### 11.1. Apresentação do Corfebol de Praia

11.1.1. Corfebol de Praia no mais alto nível nacional e Mundial, regras e regulamentos especiais

11.1.2. Formatos competitivos (Circuitos, Opens; Mundiais)

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Interpretar as diferenças regulamentares do Corfebol de Praia
- Caracterizar as diferentes competições nacionais e mundiais

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Elabora a estrutura e regulamento de um circuito de Corfebol de Praia
- Descreve as diferentes competições nacionais e internacionais

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Perante a observação de um jogo de corfebol de praia (em vídeo), elaboração um plano de treino com o foco em (ações táticas no ataque ou defesa) para corrigir algum aspeto onde foram detetadas carências que podem pôr em causa o resultado desportivo. Apresentação oral do trabalho justificando as opções apresentadas

SUBUNIDADE 2.

### 11.2. Regras de Corfebol de Praia

11.2.1. Diferenças para o corfebol formal

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Descrever as regras do corfebol de praia
- Identificar as principais diferenças para as regras do corfebol formal

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Identifica e descreve as regras do corfebol de praia
- Identifica e descreve as principais diferenças para as regras do corfebol formal

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Perante a observação de um jogo de corfebol de praia (em vídeo), elaboração um plano de treino com o foco em (ações táticas no ataque ou defesa) para corrigir algum aspeto onde foram detetadas carências que podem pôr em causa o resultado desportivo. Apresentação oral do trabalho justificando as opções apresentadas

## SUBUNIDADE 3.

**11.3. Componente física no Corfebol de Praia****11.3.1. Abordagem da Preparação Física Específica**

<p><b>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Relacionar as diferenças físicas entre o corfebol de praia e o formal e fazer o planeamento e periodização do treino de acordo com as exigências físicas específicas no Corfebol de Praia</li> </ul>	<p><b>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Apresenta estratégias para o planeamento de programas de treino para o desenvolvimento de capacidades físicas identificadas como mais importantes no corfebol de praia</li> </ul>
<p><b>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perante a observação de um jogo de corfebol de praia (em vídeo), elaboração um plano de treino com o foco em (ações táticas no ataque ou defesa) para corrigir algum aspeto onde foram detetadas carências que podem pôr em causa o resultado desportivo. Apresentação oral do trabalho justificando as opções apresentadas</li> </ul>	

## SUBUNIDADE 4.

**11.4. Técnica específica de Corfebol de Praia****11.4.1. Ações técnicas do jogo no Corfebol de Praia**

- a. Desmarcação
- b. Lançamento longo
- c. Lançamento curto
- d. 1 contra 1

<p><b>COMPETÊNCIAS DE SAÍDA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Descrever em detalhe a execução técnica dos gestos técnicos determinantes do Corfebol de Praia</li> <li>Diagnosticar as maiores dificuldades físicas ou técnicas individuais na execução de cada ação de jogo</li> <li>Identificar as características físicas e técnicas necessárias à execução dos gestos técnicos determinantes no corfebol de praia</li> </ul>	<p><b>CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Descreve em detalhe as características da execução dos gestos técnicos determinantes no corfebol de praia</li> <li>Reconhece em situação de jogo ou treino as principais deficiências técnicas demonstradas pelos seus jogadores</li> <li>Apresenta estratégias para o planeamento e aplicação em treino de exercícios de aperfeiçoamento no sentido da correção e superação de dificuldades detetadas</li> </ul>
<p><b>FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Perante a observação de um jogo de corfebol de praia (em vídeo), elaboração um plano de treino com o foco em (ações táticas no ataque ou defesa) para corrigir algum aspeto onde foram detetadas carências que podem pôr em causa o resultado desportivo. Apresentação oral do trabalho justificando as opções apresentadas</li> </ul>	

## SUBUNIDADE 5.

**11.5. Tática específica de Corfebol de Praia****11.5.1. Organização tática em função de:**

- a. Fatores intrínsecos (dimensões corporais, competência técnica e motivação)
- b. Fatores extrínsecos (nível de hidratação, fadiga, posição do sol, vento, temperatura ambiente)

**11.5.2. Funções e responsabilidades de cada jogador****11.5.3. Comunicação**

- 11.5.4. No ataque (ler e decidir no último momento em função dos constrangimentos)
- 11.5.5. Na defesa (ler e decidir no último momento em função dos constrangimentos)
- 11.5.6. Exercícios de treino condicionados (jogo de treino ou treino do jogo)
- 11.5.7. Sistematizar (consolidar, corrigir) vs adaptação tática (ler o jogo)
- 11.5.8. Com elevada exigência física (cumprir tarefas; séries de exercícios)
- 11.5.9. *Scouting* na preparação do jogo. Preparar o plano com os jogadores; simular o plano em campo com vídeo e treinar o plano de jogo

**COMPETÊNCIAS DE SAÍDA**

- Identificar as condições individuais dos jogadores da equipa e as adequações que se impõem nas estratégias a aplicar
- Identificar as condições exteriores à prática, nomeadamente a intensidade do vento e sol, e as adequações que se impõem nas estratégias a aplicar
- Perspetivar os posicionamentos e movimentações relativas dos jogadores nas diversas fases do jogo, em função das ações e opções táticas subsequentes
- Preparar exercícios competitivos condicionados por números e objetivos concretos

**CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA**

- Aplica os padrões de posicionamento e movimentação relativa dos jogadores nos diversos momentos do jogo e conforme as diferentes condições
- Apresenta estratégias para o planeamento e aplicação em treino dos posicionamentos e movimentações relativas dos jogadores nas diversas fases do jogo, em função das ações e opções táticas subsequentes
- Promove a universalização posicional e funcional em competição, pela rotatividade de jogadores e o recurso a diferentes modelos competitivos

**FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS**

- Perante a observação de um jogo de corfebol de praia (em vídeo), elaboração um plano de treino com o foco em (ações táticas no ataque ou defesa) para corrigir algum aspeto onde foram detetadas carências que podem pôr em causa o resultado desportivo. Apresentação oral do trabalho justificando as opções apresentadas

**PERFIL DO FORMADOR**

- Treinador habilitado com TPTD de Corfebol Grau III

# c. Organização da Formação



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

Não se aplica.

## 2. Condições logísticas para a realização da prova prática de acesso ao Curso de Treinadores

INSTALAÇÕES	EQUIPAMENTOS/INSTRUMENTOS PEDAGÓGICOS
<ul style="list-style-type: none"> <li>• A formação teórica deverá decorrer em salas com condições ambientais adequadas de forma a garantir uma boa luminosidade, temperatura, ventilação e insonorização, assim como boas condições de segurança e higiene. O mobiliário deve ser adequado, suficiente e estar em boas condições de conservação.</li> <li>• Os espaços e equipamentos para a realização da componente prática devem ter em conta os requisitos gerais previstos na legislação específica existente. Assim sendo, uma formação de Corfebol deve ser realizada num pavilhão desportivo de 20x40.</li> <li>• O pavilhão deve possuir instalações sanitárias com compartimentos proporcionais ao número de formandos e diferenciados por sexo, localizados de modo a não perturbarem o funcionamento dos espaços da formação. Os acessos aos edifícios e demais espaços devem satisfazer os requisitos de acessibilidade a pessoas com necessidades especiais exigidos pelo Decº Lei nº 163/2006.</li> </ul>	<p>O Equipamento mínimo necessário para a realização da componente prática deve ser constituído por:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 bola oficial de Corfebol por cada 2 formandos;</li> <li>• 1 poste de corfebol por cada 4 formandos;</li> <li>• Coletes (2 cores diferentes) para cada um dos formandos;</li> <li>• 1 conjunto de pinos para delimitar as áreas de exercícios;</li> <li>• Recursos Pedagógicos: Manual de formação, diapositivos, fichas de trabalho, textos de apoio e toda a documentação que os formadores considerarem de relevância pedagógica para a formação.</li> <li>• Recursos didáticos: Internet, computador, vídeo projetor, quadro, televisão e câmara de vídeo;</li> </ul>

