

ACÇÃO Nº	5	CURSO	TREINADORES GRAU 3 Código - 5789618	LOCAL	Local a confirmar (MODULO 1) Lisboa (MODULO 2) Lisboa (MODULO 3) A Confirmar (MODULO 4)
-----------------	---	--------------	---	--------------	--

DIRECTOR	TOMAZ MORAIS	SECRETÁRIO	A designar	TOTAL HORAS DE FORMAÇÃO		FORMAÇÃO	Inicial
				ESPECÍFICA	90h	GERAL	90h

OBJECTIVOS

- Treinar autonomamente – ou como coadjuvante de titulares de grau igual ou superior – praticantes em todas as etapas de formação desportiva.
- Implementação de planos e ordenamentos estratégicos definidos por profissionais com CTD superior;
- Coordenação e supervisão de equipas técnicas de profissionais de CTD de Grau III.

DESTINATÁRIOS

- Treinadores com TPTD válido de Grau II

DATAS E LOCAIS DA FORMAÇÃO

- Módulo 1
 - Local: A confirmar
 - Data: 22 a 25/06/2017
- Módulo 2
 - Local: Lisboa
 - Data: 28/6 a 1/7/2017
- Modulo 3
 - Local: Lisboa
 - Data: 4/7/2017
- Modulo 4
 - A designar: Set a Dez 2017

INSCRIÇÃO

Data limite	15/05/2017
Valor	600,00€
NIB para Pagamento	0035 0278 0002 3101 0304 5 Federação Portuguesa de Rugby
APÓS VALIDAÇÃO DA INSCRIÇÃO O PAGAMENTO DEVE SER EFETUADO ATÉ DIA 31 de MAIO E O ENVIO DE COMPROVATIVO DE TRANSFERÊNCIA PARA formacao@fpr.pt	

INFORMAÇÃO PARA OS FORMANDOS

- As sessões práticas serão realizadas no campo de relva natural ou relva sintética.
- Os candidatos deverão apresentar-se com equipamento desportivo.
- Durante as sessões práticas deverão fazer-se acompanhar de água para hidratação e proteção solar.

ACÇÃO Nº	5	CURSO	TREINADORES GRAU 3 Código - 5789618	LOCAL	Local a confirmar (MODULO 1) Lisboa (MODULO 2) Lisboa (MODULO 3) A Confirmar (MODULO 4)
-----------------	----------	--------------	--	--------------	--

PRINCIPAIS UNIDADES DE FORMAÇÃO E CONTEUDOS PROGRAMATICOS

1. PRÁTICA PEDAGOGICA

- Conceção do exercício
- Gestão do Exercício
- Avaliação Inicial, Intermédia e Final – comunicação e gestão do grupo

2. TÁTICA OFENSIVA E DEFENSIVA

- Estratégia
- O sistema de jogo – Filosofia, Padrão, Princípios
- Jogo das linhas atrasadas
- Jogo de avançados
- Jogo integrado
- Que jogo, que equipas e que jogadores para o futuro?
- Perfil do treinador

3. PLANEAMENTO DO TREINO

- Periodização do treino
- Conceção do livro de equipa
- Preparação para a competição

4. ORGANIZAÇÃO E GESTÃO DO CLUBE

- Conceção do plano estratégico
- Coordenador técnico
- Gestão de equipas
- Liderança

5. ANALISE E OBSERVAÇÃO DE JOGO

- Em Treino
- Em Jogo
- Tratamento e análise dos dados qualitativos e quantitativos

6. TREINO FÍSICO INTEGRADO

- Integração dos exercícios físicos na atividade técnica e tática
- Periodização

ACÇÃO Nº	5	CURSO	TREINADORES GRAU 3 Código - 5789618	LOCAL	Local a confirmar (MODULO 1) Lisboa (MODULO 2) Lisboa (MODULO 3) A Confirmar (MODULO 4)
-----------------	----------	--------------	--	--------------	--

7. SEVENS

- O Diretor de equipa
- A Gestão do torneio
- A sessão de treino
- Sistemas táticos

8. SISTEMAS DE JOGO

- Ofensivos
- Defensivos
- Princípios e sistema de jogo das seleções nacionais

MÓDULO 1				
DATA	HORÁRIO	TEMA		LOCAL
22/06/2017	14:00	Acreditação do curso	Registo dos candidatos	SALA
	14:30	BOAS VINDAS	Apresentação dos objetivos, estrutura e filosofia do curso. Apresentação e definição dos critérios de avaliação e momentos de avaliação.	SALA
	15:30	Organização e gestão do curso	<ul style="list-style-type: none"> → Formação geral → Formação específica → Sistema de avaliação → Estágio 	SALA
	16:30	Organização e gestão do clube	<ul style="list-style-type: none"> → Liderança e trabalho em equipa 	SALA
	17:30	Prática pedagógica	<ul style="list-style-type: none"> → Avaliação inicial de competências → Conceção e gestão do exercício 	CAMPO
23/06/2017	09:00	Organização e gestão do clube	<ul style="list-style-type: none"> → Caracterização → Da formação ao alto rendimento → Perfil do treinador 	SALA
	11:00	Tática ofensiva e defensiva	<ul style="list-style-type: none"> → Interpretação de diferentes sistemas táticos → Filosofia → Padrão 	SALA/CAMPO

ACÇÃO Nº	5	CURSO	TREINADORES GRAU 3 Código - 5789618	LOCAL	Local a confirmar (MODULO 1) Lisboa (MODULO 2) Lisboa (MODULO 3) A Confirmar (MODULO 4)
-----------------	----------	--------------	--	--------------	--

	13:00	ALMOÇO		
	14:00	Tática ofensiva e defensiva	→ Princípios e sistema de jogo da seleção nacional	SALA/CAMPO
	16:30	Treino físico integrado	→ Caracterização do jogo de rugby de alto rendimento → Necessidades físicas do jogador → Periodização	SALA/GINÁSIO
	18:00	Treino físico integrado	→ Programa de treino por posição	SALA/GINÁSIO

MÓDULO 1				
DATA	HORÁRIO	TEMA		LOCAL
24/06/2017	09:00	Tática ofensiva e defensiva	→ Jogo após pontapé de saída	CAMPO
	10:00	Tática ofensiva e defensiva	→ Jogo após FO	CAMPO
	11:00	Tática ofensiva e defensiva	→ Jogo após alinhamento	CAMPO
	13:30	ALMOÇO		
	14:00	Planeamento	→ Periodização da época de rugby	SALA
	15:30	Tática ofensiva e defensiva	→ Transições ofensivas e defensivas → Contra ataque → Turno ver → Situações especiais	CAMPO
	17:30	Planeamento	→ Organização do micro ciclo e da unidade de treino	SALA

25/06/2017	9:00	Prática pedagógica	Apresentação dos trabalhos Comunicação e Gestão do Grupo	SALA/CAMPO
	13:00	FIM TRABALHOS		

ACÇÃO Nº	5	CURSO	TREINADORES GRAU 3 Código - 5789618	LOCAL	Local a confirmar (MODULO 1) Lisboa (MODULO 2) Lisboa (MODULO 3) A Confirmar (MODULO 4)
-----------------	----------	--------------	--	--------------	--

MÓDULO 2					
DATA	HORÁRIO		TEMA	LOCAL	
28/06/2017	09:00	Pratica pedagógica	<ul style="list-style-type: none"> → Jogo de avançados → Alinhamento → FO → Técnicas específicas 	CAMPO	
	12:00	Pratica pedagógica	<ul style="list-style-type: none"> → Dominantes técnicas → Conceção do exercício → Gestão do exercício 	CAMPO	
	13:00	ALMOÇO			
	14:00	Pratica pedagógica	<ul style="list-style-type: none"> → O jogo das linhas atrasadas → Comunicação e gestão do grupo/ setor 	SALA/ CAMPO	
	15:00	Sistema de jogo	<ul style="list-style-type: none"> → O Sistema de jogo 	SALA	
	16:00	Sistema de jogo	<ul style="list-style-type: none"> → O Sistema de jogo 	CAMPO	
	17:30	Sistema de jogo	<ul style="list-style-type: none"> → O Sistema de jogo 	SALA/CAMPO	
29/06/2017	09:00	Planeamento	<ul style="list-style-type: none"> → Plano de desenvolvimento do jogador de rugby 	SALA	
	11:00	Planeamento	<ul style="list-style-type: none"> → Preparação para a competição 	SALA	
	13:00	ALMOÇO			
	14:00	Sistema jogo	<ul style="list-style-type: none"> → Jogar em pé → Jogar no chão 	CAMPO	
	17:00	Planeamento	<ul style="list-style-type: none"> → Regulamento → Interpretação das leis de jogo → Adaptação tática 	SALA	

ACÇÃO Nº	5	CURSO	TREINADORES GRAU 3 Código - 5789618	LOCAL	Local a confirmar (MODULO 1) Lisboa (MODULO 2) Lisboa (MODULO 3) A Confirmar (MODULO 4)
-----------------	----------	--------------	--	--------------	--

30/06/2017	09:00	Análise de jogo	<ul style="list-style-type: none"> → Observação e análise → Técnicas de observação → Definição de critérios → Elaboração de matriz 	SALA
	11:00	Análise de jogo	→ Sessão prática	SALA
	13:00	ALMOÇO		
	14:00	Análise de jogo	→ Sessão prática	CAMPO
	16:30	Planeamento do treino	→ Preparação para a competição	SALA
	18:00	Organização e gestão do Clube	→ Seleção e identificação de talentos	SALA

1/07/2017	09:30	Prática pedagógica	→ Orientação de uma equipa em treino e jogo	CAMPO
	11:00	Prática pedagógica	→ Avaliação de competências	CAMPO
	13:00	ALMOÇO		

MÓDULO 3 – Sevens				
DATA	HORÁRIO		TEMA	LOCAL
4/07/2017	09:00	Sevens	<ul style="list-style-type: none"> → Caracterização de um jogador e de uma equipa de Alto Rendimento → Planificação de um dia de torneio → Fatores controláveis e não controláveis → Observação do adversário → Análise de jogo 	SALA/CAMPO
	11:00	Sevens Gestão do torneio	<ul style="list-style-type: none"> → Escolha da equipa → Programação → Aquecimento, Nutrição, recuperação, concentração, relaxamento → Rotinas pré, durante e pós 	SALA/ CAMPO

ACÇÃO Nº	5	CURSO	TREINADORES GRAU 3 Código - 5789618	LOCAL	Local a confirmar (MODULO 1) Lisboa (MODULO 2) Lisboa (MODULO 3) A Confirmar (MODULO 4)
-----------------	----------	--------------	--	--------------	--

			<p>competição</p> <p>→ Adoção de sistemas táticos em função das necessidades competitivas</p>	
	14:00	ALMOÇO		
	15:00	Sevens Sessão de treino de AR	<p>→ Articulação de temas</p> <p>→ O que? Quando? Como Treinar?</p> <p>→ O tipo de exercício</p> <p>→ Intensidade e Volume</p> <p>→ Rotinas de treino</p> <p>→ Tempos de recuperação</p>	SALA/ CAMPO
	18:30	Sevens Escolhas Táticas	<p>→ Análise e observação de jogo</p> <p>→ Pontes fortes e fracos da equipa e dos adversários</p> <p>→ Fatores externos e internos</p> <p>→ Avaliação da performance individual e coletiva</p> <p>→ Diferentes sistemas táticos</p>	SALA/ CAMPO

MÓDULO 4				
DATA	HORÁRIO		TEMA	LOCAL
A definir	10:00	Análise jogo	<p>→ Distribuição de jogadores no ataque e na defesa após segunda fase</p> <p>→ Análise e tratamento de dados quantitativos e qualitativos</p>	CAMPO
	12:30	ALMOÇO		
	14:00	Treino integrado	<p>→ Integração dos exercícios físicos na atividade técnica e tática</p>	SALA

ACÇÃO Nº	5	CURSO	TREINADORES GRAU 3 Código - 5789618	LOCAL	Local a confirmar (MODULO 1) Lisboa (MODULO 2) Lisboa (MODULO 3) A Confirmar (MODULO 4)
-----------------	----------	--------------	--	--------------	--

A definir	10:00	Sistema de jogo	→ Definição de um padrão	SALA
	13:00	ALMOÇO		
	14:00	Organização e gestão do clube	→ Conceção do plano estratégico	SALA

A definir	10:00	Organização e gestão do clube Avaliação de competências	→ O coordenador/ Diretor técnico → Gestão de equipa → Liderança	SALA
	13:00	ALMOÇO		

REGULAMENTO

1 ORGANIZAÇÃO

- Este curso é organizado pela Federação Portuguesa de Rugby (FPR) em parceria com o Instituto Português do Desporto e Juventude IPDJ.
- Este curso, realiza-se no âmbito do Programa Nacional Formação de Treinadores (PNFT), de acordo com o estipulado no Decreto-Lei 248-A/2008 de 31 Dezembro. Obedecerá às orientações administrativa, técnica, pedagógica e científicas emanadas pela comissão organizadora.
- A direção do curso está a cargo do Professor Tomaz Morais.
- Será lecionado pelo referido Diretor de Curso, por um painel de formadores FPR/WR residentes e ainda por formadores convidados

ACÇÃO Nº	5	CURSO	TREINADORES GRAU 3 Código - 5789618	LOCAL	Local a confirmar (MODULO 1) Lisboa (MODULO 2) Lisboa (MODULO 3) A Confirmar (MODULO 4)
-----------------	----------	--------------	--	--------------	--

2 DESTINATÁRIOS

- Destina-se, aos treinadores possuidores da Título Profissional de Treinador de Desporto (TPTD) de grau II, de todo o país que preencham as condições de acesso de acordo com o Dec Lei, isto é, com pelo menos dois anos de prática e inscrito na Plataforma da Pro desporto.
- Os Formandos serão sujeitos a uma avaliação diagnóstica de competências inicial, bem como a avaliação dos elementos considerados no regulamento específico como condições de acesso ao curso (pré requisitos), que permitirá decidir se apto para seguir o curso, seguir um plano paralelo integrando o curso, ou seguir um plano especial de preparação para o próximo curso de grau III.

3 ESTRUTURA

O curso de treinadores de Grau III integrará duas fases: Curricular e Estágio

1ª Fase – Curricular:

- Será constituída por um módulo de 180horas, a componente da formação geral com 90 horas e a componente de formação específica (rugby) com 90 horas.
- Será estruturado de acordo com o programa definido pelo Programa Nacional Formação Treinadores.
- A componente da formação geral será realizada após a componente da formação específica, através da Plataforma online da Gnosies até dia 30 de Setembro de 2017 (por confirmar)
- As datas iniciais previstas para a fase curricular poderão ser alteradas em função da indisponibilidade de meios, nomeadamente campos, salas ou sobreposição de competições. O diretor do curso deverá informar com antecedência de 15 dias. Em caso de campos impraticáveis devido às condições atmosféricas, a até 48 horas.
- Avaliação da parte curricular.
 1. Avaliação das matérias da Componente Geral
 - 1.1.De acordo com o definido pelos referenciais da componente geral
 - 1.1.1. Teste escrito
 - 1.1.2. Trabalho de grupo/individual
 - 1.2.3. Processo WR e-learning

ACÇÃO Nº	5	CURSO	TREINADORES GRAU 3 Código - 5789618	LOCAL	Local a confirmar (MODULO 1) Lisboa (MODULO 2) Lisboa (MODULO 3) A Confirmar (MODULO 4)
-----------------	----------	--------------	--	--------------	--

2. Avaliação das matérias da Componente Específica

2.1. De acordo com o definido pelos referenciais da componente específica

2.1.1. Teste prático (cerca de 15 minutos de intervenção, no campo, sobre tática)

2.1.2. Avaliação do desempenho de cada candidato ao longo do curso

A avaliação de cada um destes itens far-se-á na escala de 1 a 20

Na abertura do curso será disponibilizado um documento específico com todo o processo de avaliação.

Serão considerados aptos os formandos que obtenham nota final mínima de 10 valores quer à componente de formação geral quer à componente de formação específica.

- **2ª Fase: Estágio**

- O estágio para os treinadores de grau III, devido às características e perfil dos treinadores e até pela possibilidade de estarem envolvidos em tarefas de treino com equipas de competição, possibilita dois tipos de avaliação consoante a forma como este estágio venha a ser realizado:
- Os formandos optarão por uma época de trabalho como treinador(a) (principal e/ou adjunto/a) numa Entidade de Acolhimento ou realização de um trabalho, que será referenciado no regulamento específico de estágio de Rugby do grau III.
- Só podem aceder a estágio os candidatos que foram considerados aptos na parte curricular. Este regulamento específico de estágio em Rugby será publicado e divulgado junto dos candidatos.
- Este regulamento de curso não dispensa a leitura do regulamento de estágio

4 ASSIDUIDADE

- Os formandos poderão justificar faltas até ao total de 6 horas da parte curricular.
- As justificações, referente à parte curricular, deverão ser feitas por escrito ao diretor do curso. As faltas às sessões de avaliação da parte curricular serão consideradas eliminatórias.

5 SEGURO

ACÇÃO Nº	5	CURSO	TREINADORES GRAU 3 Código - 5789618	LOCAL	Local a confirmar (MODULO 1) Lisboa (MODULO 2) Lisboa (MODULO 3) A Confirmar (MODULO 4)
-----------------	----------	--------------	--	--------------	--

- **Fase Curricular**

→ Todos os formandos estão obrigados a possuir um seguro desportivo de acidentes pessoais válido que cubra a atividade da parte curricular.

- a) O seguro desportivo que os formandos possuam relativo á sua inscrição como treinadores de clube é válido para este efeito.
- b) Os formandos poderão no ato da confirmação da inscrição, segurar através do seguro desportivo da FPR, cujos custos lhe serão imputados.
- c) Os formandos que possuírem e apresentarem um seguro diverso do referido em a) e b) terão que fazer prova de que ele cobre os riscos inerentes à atividade do curso)

- **Fase Estágio**

→ Todos os formandos (as) que preencham as condições inerentes à inscrição em estágio estão obrigados como “treinadores em estágio” à apresentação de um seguro desportivo válido para a inscrevem.

6 | DOCUMENTAÇÃO

A documentação obrigatória de apoio à parte curricular, que deverá ser distribuída aos formandos, é composta por:

- a) Manual da componente de formação específica da responsabilidade da FPR /WR onde estão integrados os documentos apresentados pelos formadores
- b) Manual da componente de formação geral da responsabilidade da Gnosies
- c) Os manuais e apresentações serão disponibilizados numa pasta no Google Docs a indicar aos treinadores inscritos.

7 | INSCRIÇÕES

ACÇÃO Nº	5	CURSO	TREINADORES GRAU 3 Código - 5789618	LOCAL	Local a confirmar (MODULO 1) Lisboa (MODULO 2) Lisboa (MODULO 3) A Confirmar (MODULO 4)
----------	---	-------	--	-------	--

- As inscrições para o curso são da iniciativa pessoal dos candidatos, pelo que as responsabilidades daí decorrentes são individualmente imputadas e assumidas.
- Deverão decorrer entre os dias 15 de abril e 15 de Maio de 2017
- O número mínimo de inscritos para viabilizar a realização de um curso é de 10.
- Em situações especiais que o justifiquem essa norma poderá acolher exceções. O número máximo de inscritos que poderá frequentar um curso é de 30.
- A definição da taxa de inscrição quer da parte curricular, quer do estágio é da competência da entidade organizadora, FPR e será definida no documento de abertura de inscrições.
- O pagamento da taxa da parte curricular confere aos candidatos a frequência do curso e respectiva documentação.
- O valor da inscrição é de 600.00 €. (Seiscentos Euros), o pagamento poderá ser feito em duas prestações de 300 euros. 1ª prestação até 31 de Maio e 2ª prestação até 31 de julho.
- O pagamento deverá ser por transferência bancária para o titular de conta Federação Portuguesa de Rugby
- NIB: 0035 0278 0002 3101 0304 5
- No valor da inscrição não estão incluídas as despesas de deslocação, alojamento e alimentação dos candidatos. Estas despesas são responsabilidade dos formandos.
- No caso dos candidatos aptos, dará ainda direito à emissão do diploma da FPR.
- As inscrições para o curso deverão ser feitas em impresso próprio (<https://goo.gl/forms/MsPcJxcuZtJHCHdR2>) e a apresentação de outros documentos necessários através do e-mail: formação@fpr.pt ou www.wetransfer.com.
- **Inscrições para o estágio:**
 - As inscrições para estágio são da exclusiva iniciativa e responsabilidade dos formandos.
 - Deverão realizar-se até 15 de Outubro de 2017 com preenchimento de ficha própria que será disponibilizada no final da parte curricular.
 - O pagamento da taxa de estágio confere as prerrogativas previstas anualmente editadas pela FPR. Para este curso não serão aplicáveis taxas.

ACÇÃO Nº	5	CURSO	TREINADORES GRAU 3 Código - 5789618	LOCAL	Local a confirmar (MODULO 1) Lisboa (MODULO 2) Lisboa (MODULO 3) A Confirmar (MODULO 4)
-----------------	----------	--------------	--	--------------	--

Os candidatos deverão reunir/apresentar os seguintes elementos (pré-requisitos) :

1. Ser Possuidor de Cédula de treinador de Desporto – TPTD Grau II válida;
2. Possuir pelo menos dois anos de exercício profissional efetivo da função de treinador de grau II (após obtenção da cédula de treinador de grau II);
3. Experiência comprovada como Treinador principal ou Assistente de equipas de rugby de XV (sub-18|Séniore);
4. Comprovativo ou declaração do Clube que vai treinar uma equipa de rugby de XV na próxima época;
5. Identificação de um treinador com o mínimo de grau III que exercerá a função de Tutor de Estágio;
6. Apresentar um vídeo com uma sessão de treino prática de tema livre, sobre a parte específica (Rugby), com a duração de 10 a 15 minutos;
7. Apresentarem documentos comprovativos da frequência de ações de formação de Treinadores de Rugby de grau II nos últimos 2 anos;

9 PROCEDIMENTOS ADMINISTRATIVOS

A informação sobre o curso será disponibilizada na página da FPR, divulgada para todos os diretores técnicos dos clubes e para os correios electrónicos dos clubes.

Será ainda enviado para os diretores de equipa certificados pela FPR

Procedimentos relativos à inscrição para o curso:

- Os candidatos deverão:
 1. Preencher a Ficha de Inscrição Formulário Google <https://goo.gl/forms/MsPcJxcuZtJHCHdR2>.
 2. Enviar por correio eletrónico para formação@fpr.pt o CV, diplomas de cursos de formação, declaração do clube, declaração do tutor e Vídeo (sessão de treino) através de wetransfer;
 3. O pagamento só deverá ser efetuado após confirmação da inscrição (25 de Maio) e deverá ser efetuado até 31 de Maio. Enviar por correio eletrónico para formação@fpr.pt o comprovativo de pagamento;
 4. Apresentar comprovativo do Seguro desportivo ou de acidentes pessoais valido.
- A inscrição não será devolvida àqueles que, definitivamente inscritos, faltem ao curso.
- Os candidatos deverão estar informados de que a inscrição é provisória e será confirmada após o encerramento das inscrições.
- A seleção de candidatos será realizada de acordo com o **Ponto 8 – Condições de acesso ao curso.**

Procedimentos relativos ao momento após o encerramento das inscrições

A FPR entidade formadora e organizadora deverá:

- Confirmar junto dos inscritos a aceitação (ou não) da sua inscrição.