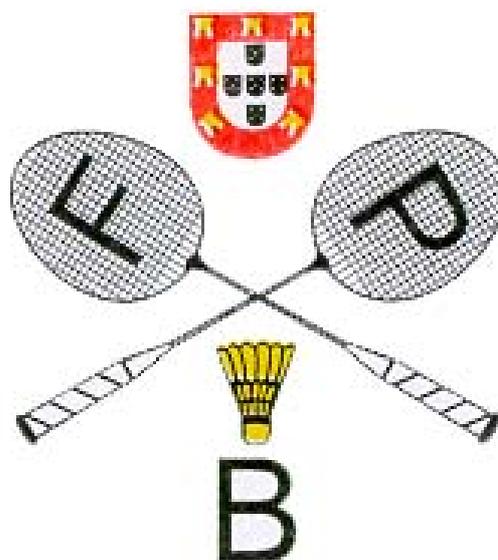


FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE BADMINTON

Departamento de Formação



Documento Orientador de Formação de Treinadores Nível I, II e III

Com apoio de:



ÍNDICE

❖ INTRODUÇÃO	3
❖ OBJECTIVOS	4
❖ FUNÇÃO DO TREINADOR	4
❖ SISTEMA DE FORMAÇÃO	5
❖ CURSO NÍVEL I	6
❖ QUADRO CARGA HORÁRIA/TEMÁTICAS – NÍVEL I	9
❖ CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS I	10
❖ CURSO NÍVEL II	13
❖ QUADRO CARGA HORÁRIA/TEMÁTICAS – NÍVEL II	16
❖ CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS II	17
❖ CURSO NÍVEL III	19
❖ QUADRO CARGA HORÁRIA/TEMÁTICAS – NÍVEL III	23
❖ CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS III	24
❖ QUADRO RESUMO CURSOS NÍVEL I, II, III	26
❖ REGULAMENTO DE ESTÁGIO	27
❖ EQUIVALÊNCIAS AOS CURSOS DE TREINADOR	31

❖ EQUIPARAÇÕES	32
❖ ACÇÕES DE RECICLAGEM	33
❖ MANUTENÇÃO DA LICENÇA DE TREINADOR	33

INTRODUÇÃO

Este documento regulamenta a Formação de Treinadores da Federação Portuguesa de Badminton, pretende também ser um auxiliar para a carreira de treinador.

Através da publicação do Decreto-Lei n.º 407/99 de 15 de Outubro, da Lei de Bases do Sistema Desportivo (Lei n.º 1/90, 13 de Janeiro) e da “A Declaração de Copenhaga” serve este documento para esclarecer todas as dúvidas relativas à Formação de Treinadores. Todas as informações complementares ou omissas neste documento devem ser dirigidas ao Departamento de Formação da Federação Portuguesa de Badminton.

Das referidas publicações pretende-se destacar o seguinte:

- Atribui às Federações Desportivas a competência e a obrigação de definir a Carreira de Treinador;
- As Federações Desportivas ficam responsáveis pelas certificações dos agentes de ensino da respectiva modalidade;
- A preparação dos praticantes é da responsabilidade de agentes devidamente qualificados, ainda que não remunerados;
- O regime de equivalência deverá ser da responsabilidade das Federações, exceptuando-se os casos:
 - dos Licenciados em Educação Física, que é parametrizado pelo próprio Decreto-Lei;
 - de indivíduos com títulos emitidos por entidades estrangeiras.

OBJECTIVOS

- Garantir aos atletas uma orientação da actividade responsável e coerente, dignificando deste modo o BADMINTON enquanto modalidade desportiva;
- Dignificar a actividade de Treinador de Badminton, reforçando as competências pedagógicas e o nível de conhecimentos científicos;
- Criar as condições para que os Treinadores se sintam motivados para a sua actualização, formação e auto-formação, melhorando desta forma a sua capacidade de intervenção, nas diversas vertentes que compõem o Badminton;
- Definir claramente as regras para a progressão na carreira de treinador, evitando assim indefinições a vários níveis, que invariavelmente produzem acomodações e desmotivações, com consequência nefastas para a própria modalidade.

FUNÇÃO DO TREINADOR

Entende-se por Treinador todo o agente desportivo que prepara e orienta praticantes desportivos, incidindo a sua acção nos aspectos físicos, técnicos, táticos e psicológicos tendo em vista a optimização do seu rendimento desportivo.

A função de Treinador de Badminton só deverá ser exercida por indivíduos que possuam cursos de formação devidamente reconhecidos pela Federação Portuguesa de Badminton, tendo para isso que ser portadores da respectiva Carteira de Treinador.

SISTEMA DE FORMAÇÃO

Os cursos de formação de treinadores, são espaços curricularmente construídos para habilitarem os treinadores no exercício das suas funções. Existe um curso de formação para cada grau de habilitação.

A entrada na carreira de Treinador de Badminton faz-se pelo Curso Nível I, com uma carga horária total de setenta e uma horas e quinze minutos (horas lectivas, avaliação e estágio). Sendo este nível responsável pela vertente de Iniciação à modalidade, ou seja escalões de formação.

Após três anos de experiência como Treinador de Nível I, segue-se o Curso Nível II, com uma carga horária total de três meses e setenta e três horas (horas lectivas, avaliação e estágio). Sendo este nível responsável pela vertente de Orientação (média competição ou percurso de alta competição).

Após três anos de experiência como Treinador de Nível II, segue-se o Curso Nível III, com uma carga horária total de dez meses e quarenta e nove horas e quinze minutos (horas lectivas, avaliação e estágio). Sendo este nível responsável pela vertente de Especialização (alta competição).

CURSO NÍVEL I

Objectivos do curso:

- Fornecer elementos de apoio aos candidatos, que lhes permita fazer a abordagem inicial da modalidade.
- Aquisição de conhecimentos básicos para iniciar a carreira de Treinador de Badminton.
- Fornecer elementos que permitam intervir nas áreas de sensibilização, promoção e animação.
- Habilitar os candidatos para orientar atletas e equipas de Badminton nos escalões de formação.

Calendarização e periodicidade do curso:

- A realização do Curso está relacionada com as reais necessidades de formação que anualmente devem ser revistas.

Condições de admissão ao curso:

- Possuir a idade mínima de 16 anos.
- Possuir escolaridade mínima obrigatória.
- Estarem de alguma forma ligados à modalidade ou demonstrarem interesse em estabelecer esta ligação.

Condições necessárias para a realização do curso:

- Sala com capacidade para 20 a 30 pessoas sentadas.
- Retroprojector.
- Projector de slides.
- Quadro de projecção.
- Quadro de escrita.
- Televisão e vídeo.
- Vídeo projector ou Datashow.

- Pavilhão desportivo.

Funcionamento do curso:

- A realização do Curso é da responsabilidade da Federação Portuguesa de Badminton.
- Os candidatos deverão enviar para a Federação Portuguesa de Badminton a ficha de inscrição (o Curso só se realizará com um mínimo de 10 candidatos)
- O curso terá uma carga horária de 48 horas lectivas, distribuída conforme o estabelecido no quadro “Carga Horária/Temáticas - Nível I”, e seguirá o Manual de Treinador de Badminton – Curso Nível I.
- Nas aulas práticas é obrigatória a participação de todos os candidatos, devendo ser portadores de equipamento desportivo adequado à prática.
- Durante as aulas não é permitido o uso de telemóveis ou qualquer outro objecto sonoro que possa perturbar o seu funcionamento.
- O curso funciona em regime presencial.
- A avaliação terá lugar no último dia do curso. Será realizada uma parte prática, que consiste na apresentação ao grupo de uma técnica abordada (batimento sorteado); um teste escrito e um relatório elaborado após o período de estágio (regulamento de estágio) num clube de acolhimento.
- Os serviços administrativos da Federação Portuguesa de Badminton assegurarão todas as situações de índole administrativa, logística e de apoio ao funcionamento do curso.

Verbas:

- Hora de prelecção – a determinar pela Federação Portuguesa de Badminton.
- Taxa de inscrição - a determinar pela Federação Portuguesa de Badminton.

Inscrições:

- As inscrições deverão ser feitas em impresso próprio, produzido pela Federação Portuguesa de Badminton e enviadas directamente para a mesma.
- Os prazos de inscrições deverão ser divulgados pela Federação Portuguesa de Badminton aquando da divulgação dos cursos.

Avaliação e Certificação:

- A avaliação prática (ap) será constituída pela apresentação de uma técnica (um batimento) abordada durante o curso e contribuirá com 30% para a classificação final.
- A avaliação teórica (at) será constituída por um teste escrito elaborado pelo Departamento de Formação da Federação Portuguesa de Badminton e contribuirá com 40% para a classificação final.
- A avaliação do estágio (ar) será constituída pela elaboração de um relatório e contribuirá com 30% para a classificação final.
- A avaliação final (af) do Curso, resultará da aplicação da seguinte formula:
 - $af = ap \times 0.30 + at \times 0.40 + ar \times 0.30.$
- A classificação final de cada parte (prática, teórica e relatório) deverá ser expressa em percentagem.
- A classificação final do curso será:
 - 0% – 47% = Inapto
 - 47.5% – 67% = Apto/Suficiente
 - 67.5% - 87% = Apto/Bom
 - 87.5% - 100% = Apto/Muito Bom
- Os candidatos que não cumprirem, pelo menos, dois terços de presenças, serão excluídos.
- Os resultados da avaliação só serão oficiais após publicação dos mesmos em comunicado oficial por parte da Federação Portuguesa de Badminton.
- Durante a época desportiva em que se realiza o curso os candidatos têm direito ao título de “Treinador Estagiário de Badminton de Nível I”.
- O candidato só estará em condições de ser considerado APTO se realizar os três (3) momentos de avaliação (avaliação prática, avaliação teórica e avaliação do relatório).
- A certificação definitiva do Curso de Nível I (Carteira de Treinador de Badminton de Nível I) apenas será entregue após o candidato ter sido considerado APTO.

Carga Horária/Temáticas - Nível I

Temáticas		Carga Horária
Formação Geral	Metodologia do Treino	5h
	Ensino-aprendizagem	3h
	Organização da Actividade do Treinador	3h
	Nutrição	1h
	1º Socorros/Traumatologia	3h
Formação Específica	Formação Técnica	27h
	Formação Tática	3h
	Arbitragem/Regulamentos	3h
Avaliação	Prática/Teórica/Relatório	15'/3h/1 mesociclo
Total		71h15'

Conteúdos Programáticos – Nível I

Formação Geral		
Disciplina	Conteúdos Programáticos	Carga horária
Metodologia do treino	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bases do treino; ▪ Treino de Jovens praticantes; ▪ Conceito, objectivos, princípios, qualidades físicas, factores condicionantes do rendimento desportivo, componentes de preparação geral/específica; 	5h
Processo Ensino-aprendizagem	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Perfil do treinador; ▪ Ensinar e aprender ▪ Fases da apresentação da técnica desportiva. 	3h
Organização da actividade do Treinador	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Elementos, estrutura, planeamento, aspectos práticos das sessões de treino; ▪ Avaliação do treino; ▪ Quadro competitivo, diário do treinador, registos de treinos. 	3h
Nutrição	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Alimentação Saudável (considerações gerais): Proteínas, Hidratos de carbono, Gorduras, Vitaminas, Sais minerais, Hidratação. 	1h
Prevenção de Lesões, Primeiros Socorros	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Noções básicas; ▪ Prevenção de lesões; ▪ Tipos de lesão: o que fazer; ▪ Objectivos do tratamento; ▪ Critérios gerais para o regresso á actividade. 	3h

Formação Específica		
Metodologia da aprendizagem	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Caracterização da actividade; ▪ Componentes do jogo; ▪ Metodologia da aprendizagem, fases e progressão do ensino; ▪ Pegas; ▪ Exercícios para iniciação; ▪ Elementos educativos a considerar na aprendizagem. 	4h
Técnica de batimentos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Definição e objectivos; ▪ Suporte anatómico; ▪ Suporte fisiológico e mecânico; ▪ Estrutura elementar dos batimentos; ▪ Classificação dos batimentos; ▪ Pega da raquete; ▪ Posição base; ▪ Ensino, prática, componentes críticas e erros mais comuns dos vários batimentos. 	14h
Táctica de Singulares	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Definição, objectivo; ▪ Posição Base; ▪ Colocação do serviço, devolução do serviço; ▪ Tática básica do jogo; ▪ Tipos de Jogo. 	
Táctica de Pares Homens/Senhoras	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Definição, objectivo; ▪ Formação atacante/defensiva; ▪ Tipos de serviço; ▪ Respostas aos serviços; ▪ Posição dos jogadores na execução e recepção do serviço; ▪ Posição dos jogadores durante o jogo (formação atacante/defensiva); ▪ Jogo atacante/defensivo. 	3h

<p>Táctica de Pares Mistos</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Definição, objectivo; ▪ Formação atacante/defensiva; ▪ Tipos de serviço; ▪ Respostas aos serviços; ▪ Posição dos jogadores na execução e recepção do serviço; ▪ Posição dos jogadores durante o jogo (formação atacante/defensiva); ▪ Tipos de jogo. 	
<p>Movimentação de campo</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Definição; ▪ Zonas do campo: zona da rede, zona média e zona de fundo do campo; ▪ Tipos de deslocamento (movimentação) nas várias zonas; ▪ Como treinar os deslocamentos. 	<p>2h</p>
<p>Organização de um treino de Badminton</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Estrutura do processo de treino (microestrutura); ▪ Estrutura habitual de uma sessão de treino de Badminton e sua elaboração; ▪ Alguns exemplos de exercícios de treino. 	<p>4h</p>
<p>Arbitragem/ Regulamentos</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Leis e Regulamentos do Jogo. 	<p>3h</p>

CURSO NÍVEL II

Objectivos do curso:

- Fornecer elementos de apoio aos candidatos, que lhes permita fazer a abordagem na vertente de orientação.
- Proporcionar uma melhoria de conhecimentos com maior aprofundamento dos conteúdos definidos.
- Habilitar os candidatos para orientar atletas e equipas de Badminton no percurso de alta competição.

Calendarização e periodicidade do curso:

- A realização do Curso está relacionada com as reais necessidades de formação que anualmente devem ser revistas.

Condições de admissão ao curso:

- Possuir a idade mínima de 18 anos.
- Possuir a licença de Treinador de Nível I, ou equivalência, há pelo menos duas (2) épocas e exercendo a função de treinador.
- Assegurar a realização do estágio num clube.
- Apreciação do currículo desportivo.

Condições necessárias para a realização do curso:

- Sala com capacidade para 20 a 30 pessoas sentadas.
- Retroprojector.
- Projector de slides.
- Quadro de projecção.
- Quadro de escrita.
- Televisão e vídeo.
- Vídeo projector ou Datashow.
- Pavilhão desportivo.

- Curso com limite máximo de 20 candidatos.

Funcionamento do curso:

- A realização do Curso é da responsabilidade da Federação Portuguesa de Badminton.
- Os candidatos deverão enviar para a Federação Portuguesa de Badminton a ficha de inscrição (o Curso só se realizará com um mínimo de 10 candidatos)
- O curso terá uma carga horária de 69 horas lectivas, distribuída conforme o estabelecido no quadro “Carga Horária/Temáticas - Nível II”.
- Nas aulas práticas é obrigatória a participação de todos os candidatos, devendo ser portadores de equipamento desportivo adequado à prática.
- Durante as aulas não é permitido o uso de telemóveis ou qualquer outro objecto sonoro que possa perturbar o seu funcionamento.
- O curso funciona em regime presencial.
- A avaliação será realizada através de um teste escrito; parte prática, que consiste na orientação de treinos num clube durante um período de três meses (período determinado pela F.P.B., tendo acompanhamento de um técnico nomeado pela F.P.B.) e um relatório elaborado após o período de estágio (suporte papel ou informático).
- Os serviços administrativos da Federação Portuguesa de Badminton assegurarão todas as situações de índole administrativa, logística e de apoio ao funcionamento do curso.

Verbas:

- Hora de prelecção - a determinar pela Federação Portuguesa de Badminton.
- Taxa de inscrição - a determinar pela Federação Portuguesa de Badminton.

Inscrições:

- As inscrições deverão ser feitas em impresso próprio, produzido pela Federação Portuguesa de Badminton e enviadas directamente para a mesma.
- Os prazos de inscrições deverão ser divulgados pela Federação Portuguesa de Badminton aquando da divulgação dos cursos.

Avaliação e Certificação:

- A avaliação prática (ap) será constituída pela orientação de treinos num clube e contribuirá com 60% para a classificação final.
- A avaliação teórica (at) será constituída por um teste escrito elaborado pelo Departamento de Formação da Federação Portuguesa de Badminton e contribuirá com 20% para a classificação final.
- A avaliação do relatório de estágio (ar) será constituída pela elaboração de um relatório e contribuirá com 20% para a classificação final.
- A avaliação final (af) do Curso, resultará da aplicação da seguinte fórmula:
 - $af = ap \times 0.60 + at \times 0.20 + ar \times 0.20$.
- A classificação final de cada parte (prática, teórica e relatório) deverá ser expressa em percentagem.
- A classificação final do curso será:
 - 0% – 47% = Inapto
 - 47.5% – 67% = Apto/Suficiente
 - 67.5% - 87% = Apto/Bom
 - 87.5% - 100% = Apto/Muito Bom
- Os candidatos que não cumprirem, pelo menos, dois terços de presenças, serão excluídos.
- Os resultados da avaliação só serão oficiais após publicação dos mesmos em comunicado oficial por parte da Federação Portuguesa de Badminton.
- Durante a época desportiva em que se realiza o curso os candidatos têm direito ao título de “Treinador Estagiário de Badminton de Nível II”.
- O candidato só estará em condições de ser considerado APTO se realizar os três (3) momentos de avaliação (avaliação prática, avaliação teórica e avaliação do relatório).
- A certificação definitiva do Curso de Nível II (Carteira de Treinador de Badminton de Nível II) apenas será entregue após o candidato ter sido considerado APTO.

Carga Horária/Temáticas - Nível II

Temáticas		Carga Horária
Formação Geral	Metodologia do Treino	12h
	Anatomofisiologia	3h
	Fisiologia do Esforço	3h
	Psicologia	4h
	Organização da Actividade do Treinador	5h
	Nutrição	3h
	1º Socorros/Traumatologia	4h
Formação Específica	Formação Técnica	17h
	Formação Tática	15h
	Arbitragem/Regulamentos	3h
	Função de Treinador	3 meses
Avaliação	Teórica/Prática + Relatório	4h/3 meses
Total		3 meses + 73h

Conteúdos Programáticos – Nível II

Formação Geral		
Disciplina	Conteúdos Programáticos	Carga horária
Metodologia do treino	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Treino das capacidades (resistência, força, velocidade, flexibilidade). ▪ Métodos de treino. ▪ Periodização. 	12h
Organização da Actividade do Treinador	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Associação à informática (utilização de informática na óptica do utilizador, criação de suportes pedagógicos e apresentações públicas – “powerpoint”). 	5h
Pedagogia	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Princípios gerais didácticos da Pedagogia. ▪ Métodos de ensino. 	
Nutrição	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Alimentação para atletas (refeição anterior e pós competição). ▪ Hidratação (antes, durante e depois da competição). 	3h
1º Socorros/Traumatologia	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Concretização prática do nível I. ▪ Tratamentos e técnicas de fisioterapia. ▪ Ligaduras funcionais. 	4h
Anatomofisiologia	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bases teóricas. 	3h
Fisiologia do esforço	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bases teóricas. 	3h
Psicologia	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bases teóricas. ▪ Stress, ansiedade, autoconfiança e rendimento na competição. ▪ Preparação mental (relaxação + visualização básica). ▪ Relação treinador/atleta. ▪ Preparação para o jogo. 	4h

	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Como lidar com o sucesso/insucesso. 	
Formação Específica		
Técnica de batimentos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Batimentos cortados, clip's. ▪ Fintas (tricks). ▪ Pegas específicas. ▪ Sequências/rotinas. 	17h
Táctica de Singulares	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Treino específico (exercícios). ▪ Observação vídeo. 	10h
Táctica de Pares Homens/Senhoras	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Treino específico (exercícios). ▪ Observação vídeo. 	
Táctica de Pares Mistos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Treino específico (exercícios). ▪ Observação vídeo. 	
Observação e Análise do Jogo	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Bases teóricas. ▪ Observação prática (preenchimento de fichas). ▪ Observação vídeo. 	5h
Arbitragem/ Regulamentos	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Actualização/reciclagem (novas regras). ▪ Legislação específica. ▪ Preenchimento de fichas. ▪ Organização de torneios. ▪ Manutenção de material (raquetes, volantes, etc.). 	3h
Função de Treinador	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aplicação prática. 	3 meses

CURSO NÍVEL III

Objectivos do curso:

- Fornecer elementos de apoio aos candidatos, que lhes permita fazer a abordagem na vertente de Especialização (alta competição).
- Proporcionar conhecimentos de excelência com grande aprofundamento dos conteúdos definidos.
- Habilitar os candidatos para orientar atletas e equipas de Badminton de alta competição.

Calendarização e periodicidade do curso:

- A realização do Curso está relacionada com as reais necessidades de formação que anualmente devem ser revistas.

Condições de admissão ao curso:

- Possuir a idade mínima de 18 anos.
- Possuir a licença de Treinador de Nível II, ou equivalência, há pelo menos três épocas e exercendo a função de treinador.
- Assegurar a realização do estágio num clube.
- Apreciação do currículo desportivo.

Condições necessárias para a realização do curso:

- Sala com capacidade para 20 a 30 pessoas sentadas.
- Retroprojector.
- Projector de slides.
- Quadro de projecção.
- Quadro de escrita.
- Televisão e vídeo.
- Vídeo projector ou Datashow.
- Pavilhão desportivo.

- Curso com limite máximo de 15 candidatos.

Funcionamento do curso:

- A realização do Curso é da responsabilidade da Federação Portuguesa de Badminton.
- Os candidatos deverão enviar para a Federação Portuguesa de Badminton a ficha de inscrição (o Curso só se realizará com um mínimo de 10 candidatos)
- O curso terá uma carga horária de 45 horas lectivas, distribuída conforme o estabelecido no quadro “Carga Horária/Temáticas - Nível III”.
- Nas aulas práticas é obrigatória a participação de todos os candidatos, devendo ser portadores de equipamento desportivo adequado à prática.
- Durante as aulas não é permitido o uso de telemóveis ou qualquer outro objecto sonoro que possa perturbar o seu funcionamento.
- O curso funciona em regime presencial.
- A avaliação será realizada através de um teste escrito; parte prática, que consiste na orientação de treinos num clube durante uma época desportiva (tendo acompanhamento de um técnico nomeado pela F.P.B.); um relatório elaborado após o período de estágio (suporte papel ou informático) e apresentação (30’ de apresentação + 15’ esclarecimentos) do trabalho realizado no clube perante um júri nomeado pela F.P.B..
- Os serviços administrativos da Federação Portuguesa de Badminton assegurarão todas as situações de índole administrativa, logística e de apoio ao funcionamento do curso.

Verbas:

- Hora de prelecção - a determinar pela Federação Portuguesa de Badminton.
- Taxa de inscrição - a determinar pela Federação Portuguesa de Badminton.

Inscrições:

- As inscrições deverão ser feitas em impresso próprio, produzido pela Federação Portuguesa de Badminton e enviadas directamente para a mesma.

- Os prazos de inscrições deverão ser divulgados pela Federação Portuguesa de Badminton aquando da divulgação dos cursos.

Avaliação e Certificação:

- A avaliação prática (ap) será constituída pela orientação de treinos num clube e contribuirá com 60% para a classificação final.
- A avaliação teórica (at) será constituída por um teste escrito elaborado pelo Departamento de Formação da Federação Portuguesa de Badminton e contribuirá com 20% para a classificação final.
- A avaliação do relatório de estágio (ar) será constituída pela elaboração de um relatório e contribuirá com 10% para a classificação final.
- A avaliação da apresentação do relatório de estágio (aa) será constituída pela apresentação do trabalho realizado no clube perante um júri e contribuirá com 10% para a classificação final.
- A avaliação final (af) do Curso, resultará da aplicação da seguinte formula:
 - $af = ap \times 0.60 + at \times 0.20 + aa \times 0.10 + ar \times 0.10.$
- A classificação final de cada parte (prática, teórica, relatório e apresentação) deverá ser expressa em percentagem.
- A classificação final do curso será:
 - 0% – 47% = Inapto
 - 47.5% – 67% = Apto/Suficiente
 - 67.5% - 87% = Apto/Bom
 - 87.5% - 100% = Apto/Muito Bom
- Os candidatos que não cumprirem, pelo menos, dois terços de presenças, serão excluídos.
- Os resultados da avaliação só serão oficiais após publicação dos mesmos em comunicado oficial por parte da Federação Portuguesa de Badminton.
- Durante a época desportiva em que se realiza o curso os candidatos têm direito ao título de “Treinador Estagiário de Badminton de Nível III”.
- O candidato só estará em condições de ser considerado APTO se realizar os quatro (4) momentos de avaliação (avaliação prática, avaliação teórica, avaliação do relatório e avaliação da apresentação do relatório).

- A certificação definitiva do Curso de Nível III (Carteira de Treinador de Badminton de Nível III) apenas será entregue após o candidato ter sido considerado APTO.

Carga Horária/Temáticas - Nível III

Temáticas		Carga Horária
Formação Geral	Metodologia do Treino	15h
	Biologia do Treino	10h
	Psicologia	8h
	Medicina Desportiva	4h
	Gestão Desportiva	8h
Formação Específica	Arbitragem	2h
	Sistematização da função de treinador	10 meses + 5h
Avaliação	Teórica/Prática	4h/10
	Relatório/Apresentação	meses/45'
Total		10 meses + 56h15'

Conteúdos Programáticos – Nível III

Formação Geral		
Disciplina	Conteúdos Programáticos	Carga horária
Metodologia do treino	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Planeamento anual e quadrienal. ▪ Periodização. 	15h
Medicina Desportiva	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Doping. ▪ Substâncias ergogénicas. ▪ Suplementos energéticos. 	4h
Biologia do treino	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Sistemas energéticos (aeróbio, anaeróbio) ▪ Fadiga e recuperação. ▪ Testes de avaliação e controlo do treino (testes de campo e laboratoriais). 	10h
Psicologia	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Exercícios de aplicação. ▪ Exercícios de treino. ▪ Como treinar a concentração. ▪ Como melhorar a autoconfiança, motivação. 	8h
Gestão Desportiva	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Legislação desportiva – Lei de bases do sistema desportivo. ▪ Órgãos sociais das entidades desportivas. ▪ Factores de desenvolvimento. ▪ Planeamento e organização. 	8h
Formação Específica		
Arbitragem	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Actualização/reciclagem (novas regras). 	2h

<p>Sistematização da Função de Treinador</p>	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Congregação de conteúdos teóricos e práticos. ▪ Sistematização dos conhecimentos. ▪ Aplicação prática. 	<p>10 meses + 5h</p>
---	--	--------------------------

Quadro Resumo

Carga Horária/Temáticas - Nível I, II, III

Temáticas		Nível I	Nível II	Nível III
		Carga Horária		
Formação Geral	Metodologia do Treino	5h	12h	15h
	1º Socorros/Traumatologia	3h	4h	-
	Ensino-aprendizagem	3h	-	-
	Organização da Actividade do Treinador	3h	5h	-
	Nutrição	1h	3h	-
	Anatomofisiologia	-	3h	-
	Fisiologia do Esforço	-	3h	-
	Biologia do Treino	-	-	10h
	Psicologia	-	4h	8h
	Gestão Desportiva	-	-	8h
Medicina Desportiva	-	-	4h	
Formação Específica	Formação Técnica	27h	17h	-
	Formação Tática	3h	15h	-
	Arbitragem/Regulamentos	3h	3h	2h
	Função de Treinador	-	3 meses	-
	Sistematização da Função de Treinador	-	-	10 meses + 5h
Avaliação	Teórica/Prática + Relatório/Apresentação	3h/15' + 1 mesociclo	4h/3 meses	4h/10 meses/45'
	Total	1 mês e 71h15'	3 meses e 73h	10 meses e 56h45'

REGULAMENTO DE ESTÁGIO

Todos os candidatos devem fazer Estágio, individual, baseado no acompanhamento técnico num clube de acolhimento. Este Estágio constitui uma forma de aferir conhecimentos e troca de experiências no contacto directo com a realidade do treino, permitindo registar informações, introduzir recomendações ou obter conclusões que possam influenciar a tomada de decisão ou alterar as metodologias do treino em qualquer das suas dimensões (técnica, tática, física ou psicológica).

Objectivos do Estágio:

- Melhorar a qualidade da formação;
- Não conceder a carteira de treinador a quem nunca exerceria a actividade;
- Aumentar o grau de responsabilização da decisão de ser treinador;
- Proporcionar acompanhamento aos novos treinadores e assim reduzir as eventuais dificuldades e ansiedades por estes sentidas;
- Induzir um maior sentido de organização e reflexão:
 - Pela obrigatoriedade de elaborar o relatório de estágio;
 - Pela interacção com o Departamento de Formação:
 - Não obstante o carácter subjectivo desta avaliação e dificilmente mensurável.

Avaliação do Estágio:

Quando o candidato não desempenha funções de treinador (curso nível I):

- A avaliação do estágio será constituída pela elaboração de um relatório respeitante à observação e acompanhamento dos treinos com base nos dados recolhidos no clube de acolhimento.
- O conteúdo do relatório deve focalizar-se em três áreas:
 - descrição da actividade desenvolvida – o que observei;
 - análise crítica (aspectos positivos e negativos) ou seja análise do que observei;
 - sugestões de forma a melhorar a intervenção e/ou planeamento do treinador.
 - observando 24 horas de treino, pelo menos 2 treinos por semana, correspondendo a 2 horas de sessão cada treino, dando assim 4 a 6 microciclos (curso nível I).

Quando o candidato já desempenha funções de treinador (curso nível I, II e III):

- Durante o estágio os treinadores devem desenvolver as seguintes competências:
 - planear a época;
 - seleccionar conteúdos;
 - seleccionar e dirigir exercícios;
 - intervir no treino.
- O conteúdo do relatório deve focalizar-se em três áreas:
 - descrição da actividade desenvolvida – o que fiz;
 - análise crítica ao trabalho desenvolvido (aspectos positivos e negativos) ou seja análise do que fiz;

- descrição da actividade a desenvolver – o que vou fazer.
 - planear e ministrar 24 horas de treino, pelo menos 2 treinos por semana, correspondendo a 2 horas de sessão cada treino, dando assim 4 a 6 microciclos (curso nível I).
 - planear e ministrar 3 meses de treino, pelo menos 3 treinos por semana, correspondendo a 2 horas de sessão cada treino (curso nível II).
 - planear e ministrar uma época desportiva, pelo menos 3 treinos por semana, correspondendo a 2 horas de sessão cada treino (curso nível III).

Os candidatos devem elaborar um relatório individual que constitui mais um elemento de avaliação, sendo a sua apresentação obrigatória. Não é atribuída classificação final aos candidatos que não cumpram este requisito. O relatório deverá ser acompanhado de uma declaração, autenticada pelo respectivo clube e assinado pelo treinador do clube observado, caso o candidato não tenha exercido as funções de treinador.

Estrutura exemplificativa do Relatório de Estágio

- Capa identificando – clube, escalão, nome do candidato
- Índice
- Introdução/Apresentação
- Caracterização da situação:
 - condições de treino (instalações, recursos);
 - equipa (escalão, jogadores);
 - n.º de treinos por semana;
 - outros.

- Descrição (quando o candidato é o próprio a ministrar o treino) das unidades de treino
 - análise crítica sobre os principais aspectos organizativos da unidade de treino:
 - organização e gestão da unidade de treino;
 - métodos de treino e exercícios utilizados (análise técnica e física);
 - outros aspectos relevantes da intervenção do treinador.
- Conclusões:
 - Proceder a uma análise crítica, retirando algumas recomendações metodológicas com vista à intervenção futura do candidato.
- Referências bibliográficas
- Anexos

Certificação:

- A certificação definitiva de cada Curso de Nível I, II, III (Carteira de Treinador de Badminton de Nível I, II, III) apenas será entregue após o candidato ter sido considerado APTO.

Prazo de entrega:

- O relatório de estágio terá um prazo de entrega de seis (6) meses após o termo do curso.

EQUIVALÊNCIAS AOS CURSOS DE TREINADORES

Licenciados em Educação Física:

- ✓ Os Licenciados em Educação Física sem a modalidade de Badminton no currículo, ficam dispensados da frequência e avaliação das matérias de formação geral, em qualquer dos níveis.
- ✓ Os Licenciados em Educação Física com a modalidade de Badminton no currículo, mas sem especialização, terão somente de realizar o estágio correspondente ao Nível I num clube de acolhimento, e será atribuído o Nível I do Curso de Treinadores de Badminton.
- ✓ Os Licenciados em Educação Física com especialização na modalidade de Badminton, terão somente de realizar o estágio correspondente ao Nível II num clube de acolhimento, e será atribuído o Nível II do Curso de Treinadores de Badminton, desde que estejam a ministrar treinos nos últimos três (3) anos e que tenham clube na época seguinte onde realizar o estágio (3 meses).

Cursos de Formação no Estrangeiro:

- ✓ Aos indivíduos que possuem títulos emitidos por entidades estrangeiras que os habilitem a exercer a actividade de Treinador de Badminton podem ser-lhes reconhecidas equivalências em relação aos níveis previstos neste Regulamento com base na apreciação do seu currículo, bem como nos diplomas e programas de cursos que tenham frequentado.

Outros:

- ✓ Os indivíduos que possuem o curso de Árbitro ou Juíz-Árbitro, ficam dispensados da frequência e avaliação das matérias de Arbitragem/Regulamentos, em qualquer dos níveis.

Os pedidos de equivalência devem ser dirigidos à Federação Portuguesa de Badminton. A equivalência só será atribuída após análise feita pela Federação Portuguesa de Badminton.

EQUIPARAÇÕES

Treinadores:

- ✓ A Federação Portuguesa de Badminton concede a Carteira de Treinador, Curso Nível I, a todos os candidatos que tenham sido Treinadores de Selecções Nacionais (no nosso país ou no estrangeiro) em escalões de formação ou escalão sénior.
- ✓ Os prelectores com formação específica (licenciados em educação física) ficarão com a carteira de treinador referente ao curso de nível que leccionaram.

Os pedidos de equiparação devem ser dirigidos à Federação Portuguesa de Badminton. A equiparação só será atribuída após análise feita pela Federação Portuguesa de Badminton.

ACÇÕES DE RECICLAGEM

O Departamento de Formação da Federação Portuguesa de Badminton em colaboração com o Centro de Estudos e Formação Desportiva, Instituto do Desporto de Portugal, Confederação de Desporto de Portugal, European Badminton Union, International Badminton Federation ou outras instituições reconhecidas, organizará acções de actualização de conhecimentos, acções de reciclagem, simpósios, seminários ou conferências sobre temas ou matérias que considere fundamentais para o desenvolvimento técnico dos treinadores.

MANUTENÇÃO DA LICENÇA DE TREINADOR

A licença de treinador deixará de ser reconhecida pela Federação Portuguesa de Badminton, sempre que o seu titular não frequente, pelo menos uma das acções de reciclagem para treinadores organizada pela Federação Portuguesa de Badminton ou por outras instituições reconhecidas, em cada período de 2 anos de prática.

Como forma de comprovativo, deverá o treinador enviar para a Federação Portuguesa de Badminton o certificado de presença na acção.

Os casos omissos neste regulamento serão resolvidos pela Federação Portuguesa de Badminton.