

OS GUARDA-REDES E O TREINO ESPECÍFICO

1 a 28 de fevereiro 2025 | 10 horas

FORMAÇÃO ONLINE ASSÍNCRONA



José Marques

CREDITAÇÃO

TREINADORES DESPORTIVOS

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

APRESENTAÇÃO

O guarda-redes de futsal desempenha um papel crucial dentro de campo, sendo muitas vezes o primeiro a iniciar o ataque e o último obstáculo a ser superado pelo adversário. Por isso, o treino específico para esta posição deve ser abordado de forma detalhada e adaptada às exigências do futsal, que se caracteriza pela rapidez, dinâmicas de jogo intensas e espaços reduzidos.

Com um treino focado e específico, o guarda-redes torna-se não só um defensor, mas também uma peça chave na construção de jogo, contribuindo ativamente para o desempenho coletivo da equipa. O objetivo desta formação é proporcionar aos treinadores as ferramentas necessárias para otimizar o desempenho dos guarda-redes nas suas equipas e, assim, melhorar os resultados no futsal.

ORGANIZAÇÃO E CONTEÚDOS PROGRAMÁTICOS

A formação será realizada em regime e-learning, através da plataforma Google Classroom sendo, para isso, necessário que cada formando tenha uma **conta Google** (e-mail gmail).

Os participantes terão acesso aos materiais disponibilizados pelos formadores, podendo visualizar os vídeos e/ou ler os restantes documentos em qualquer dia/hora durante o período definido para a formação. Todos os formandos deverão participar nos fóruns de discussão disponibilizados em cada módulo, colocando questões ou comentários.

Os conteúdos programáticos estão organizados em 5 módulos, cada um com uma duração prevista (em horas). Para cada módulo serão disponibilizados os respetivos conteúdos (vídeos, apresentações, artigos e outros materiais de interesse), bem como os testes e/ou outros trabalhos para avaliação.

Módulo	Temática	Duração
1	O Treinador de Guarda-Redes	2h
2	O Treino de Guarda-Redes	2h
3	O Guarda-Redes em Jogo	2h
4	Treino de Guarda-Redes – Exemplo Eléctrico FC (Liga Placard)	2h
5	Exercícios específicos para Guarda-Redes	2h

DESTINATÁRIOS

- Treinadores desportivos
- Todos os interessados pela temática.

AVALIAÇÃO E CERTIFICADO

Após a visualização e/ou leitura dos materiais disponibilizados pelos formadores, os formandos são convidados a realizar um teste/trabalho de avaliação, em formato digital, em cada módulo.

Os testes/trabalhos deverão ser realizados até ao final do dia 28 de fevereiro de 2025.

Cada teste terá uma classificação expressa na escala qualitativa de 0 a 20 valores.

Só será emitido certificado aos formandos que obtenham pelo menos 8 valores em cada um dos testes de avaliação e média aritmética de, pelo menos, 10 valores na totalidade dos testes. **Cada teste só poderá ser realizado uma vez.**

FORMADORES

José Marques

Licenciado em Treino Desportivo e com uma Pós-Graduação em Observação e análise do Jogo, trabalhou nas equipas de formação do Sporting Clube de Portugal, Clube de Futebol “Os Belenenses” e Sport Lisboa e Benfica, onde chegou a integrar o staff técnico da equipa principal que venceu a Liga em 2018/2019.

Atualmente, a frequentar o Nível III de Futsal e a Pós-Graduação em Treino no Futsal, integra a equipa técnica do Elétrico Futebol Clube que participa na Liga Placard, sendo treinador adjunto e responsável pelo treino específico de Gr.

LOCAL E HORÁRIO

Realizada em formato online assíncrono

1 a 28 de fevereiro 2025

(10 horas)

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	60 €
-------------	------

CONTACTOS

Bruno Alexandre Sousa

926 888 764

geral@formacaodesportiva.pt

Esta formação é organizada pela BRS – Formação Desportiva, Unipessoal Limitada, Entidade Formadora Certificada pela DGERT.

