

TREINO DE SITUAÇÕES CRÍTICAS NO FUTEBOL

A GESTÃO DOS MOMENTOS DE CAOS NO JOGO

1 de julho a 31 de dezembro 2026 | 4 horas

FORMAÇÃO ONLINE ASSÍNCRONA

Raúl Oliveira

CREDITAÇÃO

TREINADORES DESPORTIVOS

Mais informações e inscrições em:

www.formacaodesportiva.pt

APRESENTAÇÃO

Pretende-se, com a realização desta formação, contribuir para que os formandos sejam mais capacitados para as funções de treinador ou elemento de uma equipa técnica de uma equipa de futebol. Os objetivos específicos desta formação são:

1. Entender os momentos críticos do jogo
2. Intervir no treino para preparar a equipa para a gestão destes momentos

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 pelo formador, 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 2 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 outros trabalhos para avaliação.

Módulo	Designação	Tópicos	Duração
1	Os momentos críticos e caóticos do jogo	- Superioridades e Inferioridades numéricas no jogo - Vantagem e desvantagem no resultado - Princípios de organização e gestão emocional do jogo	2h
2	O treino de cenários de jogo	- Criação de cenários de jogo em treino - Manipulação das regras dos exercícios - Gestão do desgaste emocional em treino	2h

DESTINATÁRIOS

- Treinadores de Futebol;
- Todos os interessados na temática.

AVALIAÇÃO

Após a visualização e/ou leitura dos materiais disponibilizados pela formadora, os formandos são convidados a realizar um teste/trabalho de avaliação, em formato digital, no final de cada módulo. Os testes deverão ser realizados até ao final do dia 31 de dezembro de 2026.

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.**

FORMADOR

Raúl Oliveira

Formação académica

- Treinador UEFA PRO – Grau IV
- Licenciatura em Educação Física e Desporto (UTAD)
- Mestrado em Ciências do Desporto – Especialização em Jogos Desportivos Colectivos (UTAD)

Percurso Desportivo

- Treinador Principal UD Oliveirense, Al Shahaniya U23 (Qatar), Al Nasr U15 (UAE)
- Treinador-Adjunto Ajman FC (UAE), Al Bataeh (UAE), Everton de Viña (Chile), Club León (Mex), Al Batin FC (KSA), entre outros...
- Elementos dos quadros técnicos de futebol de formação da AD Sanjoanense, FC Porto e KKS Lech Poznan.

LOCAL E HORÁRIO

Realizada em *e-learning*

1 de julho a 31 de dezembro de 2026

4 horas assíncronas

VALOR DA INSCRIÇÃO

Valor único	40€
--------------------	------------

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.

