www.afguarda.pt

Regulamento Curso Treinador

Futebol | UEFA C

271 232 450
direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300 - 678 Guarda

Índice

1. Organização 3
2. Datas de Realização 3
3. Funcionamento 3
4. Candidatura e Inscrição 4
5. Critérios de Seleção 7
6. Estrutura Curricular 8
7. Funcionamento das Aulas 10
8. Assiduidade 11
9. Avaliação 11
10. Seguro 16
11. Disposições Finais 16
12. Incentivo aos Sócios Ordinários 17

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

1. Organização

A responsabilidade de organização dos Cursos de Treinadores é da Federação Portuguesa de Futebol (FPF), através do seu Serviço de Formação (SF), a quem compete verificar as respetivas condições de exequibilidade, no respeito por este regulamento, pela Convenção de Treinadores da UEFA e pelo Regulamento de Organização de Cursos de Treinadores do Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ).

O Curso é organizado com a colaboração da **Associação de Futebol da Guarda (AF Guarda)** – nos termos das Normas de Licenciamento de Cursos de Treinador da FPF.

2. Datas de Realização

Os Cursos "UEFA C" de Treinadores de Futebol (Grau I) decorrem em **três fases consecutivas**, mas autónomas, correspondentes às três componentes formativas – **formação geral, formação específica e formação prática (estágio)** – estabelecidas no Programa Nacional de Formação de Treinadores do IPDJ.

Compete à Associação de Futebol da Guarda, disponibilizar no portal AF Guarda, informação completa sobre o Curso, nomeadamente as datas de candidatura, de inscrição e de realização de cada uma das componentes formativas dos cursos, bem como do presente Regulamento.

3. Funcionamento

A Associação de Futebol da Guarda, disponibiliza no portal AF Guarda, as datas de cada uma das componentes formativas do curso.

A formação geral e a formação específica do curso, funcionam em regime de **alta densidade e curta duração**. O curso decorre às **Segundas, Terças, Quartas, Quintas, Sextas** das 19:00h às 23:00h e aos Sábados das 09:00h às 13:00h e das 14:00h às 18:00h.

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

Feriados, em horário a definir e a enviar posteriormente para os formandos inscritos. **Tem início previsto para 01 de setembro de 2025, às 19H** no Hotel Quinta dos Cedros em Celorico da Beira (auditório) - Avenida Dr. Marques Fernandes 1, 6360-356 Celorico da Beira.

As aulas teóricas (Formação Geral) serão realizadas por videoconferência, as aulas teóricas e as aulas práticas (Formação Específica) serão presencialmente, no Hotel Quinta dos Cedros em Celorico da Beira (auditório) - Avenida Dr. Marques Fernandes 1, 6360-356 Celorico da Beira - e na Academia da Associação de Futebol da Guarda, em Celorico da Beira – Rua Sporting Club Celoricense s/n (São Pedro).

O estágio decorrerá em equipas que participem num ambiente competitivo formal, expresso em torneios ou concentrações desportivas instituídas de modo regular e validados pela Associação de Futebol.

4. Candidatura e Inscrição

4.1. As candidaturas são efetuadas até ao **limite de 05 de agosto de 2025**, através do envio da documentação via e-mail, acompanhados de uma fotografia e de comprovativo do pagamento da taxa administrativa de candidatura.

4.2. O processo de candidatura é simultaneamente válido para as componentes de formação geral e de formação específica, sem prejuízo do impedimento de continuidade do processo formativo que possa ocorrer em caso de não aprovação na primeira das duas componentes.

4.3. Os candidatos aos cursos que possuam certificados de reconhecimento de competências de formação geral ou de formação específica, obtidos como resultado de percurso académico superior, deverão candidatar-se à realização da componente específica no mesmo processo de candidatura integrada referido no ponto anterior; ficam excluídas as circunstâncias de, face ao número de candidatos com percurso académico, se justificar a abertura de um curso exclusivo.

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

4.4. Tendo presente uma equilibrada gestão financeira dos cursos, os candidatos referidos no ponto anterior que foram admitidos ao curso integrado, terão de assumir também os custos da formação geral na exata medida dos restantes candidatos.

4.5. Cada candidato(a) deve, ainda, **cumprir cumulativamente os seguintes requisitos:**

a) Ter 18 anos de idade à data da candidatura;

b) Ser detentor da escolaridade mínima obrigatória em função da data de nascimento, conforme tabela seguinte:

ESCOLARIDADE MÍNIMA OBRIGATÓRIA (DE ACORDO COM A LEI) EM FUNÇÃO DOS CANDIDATOS	
4 ANOS	Para indivíduos nascidos até 31/12/1966
6 ANOS	Para indivíduos nascidos entre 01/01/1967 e 31/12/1980
9 ANOS	Para indivíduos nascidos entre 01/01/1981 e 31/12/2002
12 ANOS	Para indivíduos nascidos a partir de 01/01/2003 e/ou que se inscreveram no ano letivo 2009/2010, no 1º e 2º ciclo do ensino básico ou no 7º ano de escolaridade

c) Para os formandos que não tenham comprovado ser possuidores da escolaridade mínima obrigatória de acordo com o definido no ponto 4.6. deste Regulamento, a emissão dos diplomas ocorrerá aquando da confirmação da obtenção da habilitação.

4.6. Até ao limite do prazo anunciado para apresentação de candidaturas, deverão ser remetidos para o endereço (gabtecnico@afguarda.pt) da AF Guarda, cópias digitalizadas dos documentos que a seguir se referem, sem os quais a candidatura não poderá ser considerada:

a) **Comprovativo de transferência do valor da taxa administrativa** de candidatura no valor de 10 € (dez euros). Em caso de desistência, não será devolvida qualquer importância já liquidada pelos(as) candidatos(as)

b) **Cópia de Documento Nacional** (BI/CC) de Identificação (ou DNI estrangeiro), acompanhado de declaração que a utilização dos dados constantes do mesmo é permitida para fins formativos

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

c) **Fotografia** atual digitalizada com nitidez

d) **Cópia de Certificado de habilitações**, devidamente autenticado por entidade consular para cidadãos com formação no estrangeiro e passível de exigência de autenticação para os restantes candidatos se solicitada expressamente pela Associação de Futebol administradora do curso

e) **Declaração subscrita pelo candidato** que, à data de emissão do seu diploma escolar possua escolaridade obrigatória, nela afirmando expressamente ter conhecimento que deverá concluir a escolaridade mínima obrigatória até ao final do curso

4.7. Os documentos referidos supra devem reproduzir a exata realidade do exercício da atividade, sob pena de exclusão imediata da candidatura ou frequência do curso e de impossibilidade de concorrer aos próximos 2 (dois) cursos.

4.8. Valor Total do Curso de Treinadores UEFA C Grau I é de **650,00 €**

a) **Taxa de inscrição** - 10,00 € (dez euros) *;
b) **Formação Geral –** 30€ (Trinta euros) *;
c) **Formação Específica** – 540 € (Quinhentos e Quarenta euros) *;
d) **Estágio – 80€** (Oitenta euros) *.

Prazos de pagamentos:

1ª Tranche - Até 5 de agosto tem que ser liquidado o valor de 10 € (valor da inscrição)

2ª Tranche - Até dia 15 de agosto tem que ser liquidado o valor de 325€

3ª Tranche - Até dia 15 de setembro tem que ser liquidado o valor de 325€ ou 295€ caso tenha equivalência na parte geral.

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

- **IBAN PT50 0045 4040 4028 9810 5225 4 - Associação Futebol da Guarda**

***Valores já com o IVA incluído**

4.9. As inscrições no curso estão limitadas ao número mínimo de 12 candidatos(as) e máximo de **30 candidatos(as)**, os(as) quais serão selecionados em função dos critérios indicados no ponto 5 deste regulamento.

4.10. As inscrições definitivas são fixadas a 16 de agosto e apenas são válidas mediante do pagamento da 1ª e 2ª tranche no valor total de 335€.

5. Critérios de Seleção

Após a verificação das condições de inscrição previstas no ponto 4.5. deste Regulamento – e caso o número de inscritos exceda o número máximo de 30 (trinta) candidatos(as) – serão aplicados, dando prioridade ao percurso desportivo dos candidatos como praticantes de Futebol, os seguintes critérios de seleção por ordem decrescente, com prioridade nas últimas 5 épocas, incluindo a presente:

- Jogadores(a) Internacional "A" da Seleção Portuguesa.
- Jogador da I Liga Profissional ou Competição equivalente;
- Jogador da II Liga Profissional ou competição equivalente;
- Jogador Internacional Sub-21;
- Jogador Internacional Sub-20;
- Jogador da Liga 3 ou da Liga Feminina (ou competições anteriores equivalentes);
- Jogador da Liga Revelação;
- Jogador Internacional Júnior;
- Jogador do Campeonato de Portugal (ou competições anteriores equivalentes)
- Jogadora do Campeonato Nacional Feminino da II Divisão;
- Jogador dos Campeonatos de Seniores de Associações de Futebol;
- Jogador do Campeonato Nacional Juniores "A" I Divisão;
- Jogadora do Campeonato Nacional Feminino da III Divisão ou do ex-Campeonato de Promoção de Futebol Feminino;

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

- Jogador dos restantes Campeonatos Nacionais de Juniores;
- Jogador(a) dos Campeonatos Juniores (Futebol 11) das Associações de Futebol;
- Jogadora do Campeonato Nacional de Juniores Femininos;
- Jogador(a) dos restantes Campeonatos Juniores das Associações de Futebol;
- Jogador(a) de Futsal ou de Futebol de Praia;
- Restantes Candidatos;

Quando na ordenação dos candidatos se verificar a existência de empate pontual entre dois ou mais candidatos, os critérios de desempate serão, sucessivamente, o número de épocas desportivas registadas como jogador na plataforma SCORE da FPF e a ordem de entrada da candidatura na Associação de Futebol administradora.

6. Estrutura Curricular

O Curso tem a carga horária assim distribuída:

6.1. Formação Geral – 7 horas

DISCIPLINAS/UNIDADES DE FORMAÇÃO	CARGA HORÁRIA
Funcionamento do Corpo Humano, Primeiros Socorros e Antidopagem	5 horas
Desporto Adaptado	2 horas

6.2. Formação Específica – 100 horas

DISCIPLINAS/UNIDADES DE FORMAÇÃO	CARGA HORÁRIA
Metodologia do Treino do Futebol	24 horas
Técnico-Tática	30 horas
Capacidades Motoras do Futebol	22 horas
Psicologia Aplicada ao Futebol	14 horas
Arbitragem e Leis de Jogo	4 horas

Nota: Às 100 horas curriculares indicadas será acrescentado mais um módulo de 2 horas atribuído à Associação Nacional de Treinadores de Futebol (ANTF) e destinado a enquadrar a instituição na estrutura do Futebol.

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

Gestão e Organização do Futebol	6 horas

6.3. Estágio – Duração Mínima de 6 meses na mesma época desportiva

A realizar numa entidade desportiva cuja equipa acolhedora intervenha com praticantes enquadrados em atividades visando o sucesso desportivo, através de escalão etário próprio – ou, no limite, com sobre classificação legal – num ambiente competitivo formal, expresso em torneios ou concentrações desportivas instituídas de modo regular e validados por organização representativa da modalidade inserida no sistema desportivo, que:

a) Promova, regulamente e dirija a nível nacional e distrital/regional a prática do Futebol;
b) Tenha como principal objeto da sua atividade o ensino e a prática do mesmo;
c) Consagre regulamentação específica da modalidade;
d) Assuma o estrito respeito pelas Leis do Jogo do Futebol aprovadas pelo IFAB;
e) respeite a regulamentação da FIFA e da UEFA.

O estágio será unicamente realizado em equipas de Futebol com número de jogadores inferior a 11, nomeadamente com jogadores dos diferentes escalões masculinos e femininos até Sub-13, inclusive, ou de escalões femininos até Sub-19, inclusive, das competições das associações distritais/ regionais;

Estágio desenvolvido no âmbito das Seleções Distritais da AF Guarda.

O treinador-estagiário respeitará, no período dos 6 meses de estágio, os números mínimos de, 48 horas de sessões de treino com equipas dos Campeonatos Associativos superiores a Sub-13, dos Campeonatos Nacionais masculinos Sub-15 e da II Divisão Sub-19 e dos Campeonatos Nacionais Femininos, e de 144 horas com equipas dos Campeonatos Nacionais Sub-17 e I Divisão Sub-19 e de seniores Não-Profissionais;

O treinador-estagiário cumprirá, no período dos 6 meses de estágio, o seguinte número mínimo de jogos:

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

a) Competições distritais/regionais Sub-15, Sub-17 e Sub-19 – 15 jogos
b) Competições nacionais Sub-15 e Sub-17 – 15 jogos
c) Competições seniores distritais/regionais e nacionais não profissionais – 18 jogos.

7. Funcionamento das Aulas

7.1. Cada aula terá a duração de 60 minutos a 120 minutos, devendo os candidatos proceder ao **registo da sua presença antes de cada aula** junto dos secretariados dos Cursos.

7.2. Nas aulas práticas é obrigatória a participação de todos os formandos, devendo estes ser portadores de **equipamento desportivo adequado à prática**. A dispensa das aulas só será possível mediante justificação médica, sob pena de haver lugar a falta injustificada.

7.3. Os formandos que apresentem qualquer lesão ou impedimento físico **não são dispensados da presença nas aulas**, nomeadamente das práticas, ainda que não possam participar na execução prática dos exercícios.

7.4. Os casos excecionais serão analisados e decididos pela Direção do curso.

7.5. **Reprodução de imagens e sons**

a) **É interdita**, exceto com autorização expressa da AF Guarda, a reprodução pública ou privada, sob qualquer meio, das imagens e dos sons obtidos a partir de dispositivos eletrónicos, de máquinas fotográficas, de câmaras de filmar e de aparelhos áudio de gravação e ou de reprodução das aulas ou sessões de trabalho do curso. Não é também permitida a utilização de qualquer outro objeto que possa perturbar o funcionamento das aulas ou sessões de trabalho do curso.

b) **Apenas é permitida** a reprodução de imagens e sons de momentos informais para uso exclusivamente privado.

7.6. Não é permitido fumar ou comer nas aulas ou sessões de trabalho do curso.

7.7. O material escolar, nomeadamente computador, papel, objetos de escrita, equipamento pessoal para prática e outros necessários ao acompanhamento das aulas, são de uso obrigatório se solicitado pelos formadores, e da **exclusiva responsabilidade dos formandos**.

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

8. Assiduidade

8.1. O Curso funciona em regime misto, videoconferência e presencial, (de acordo com o estabelecido no horário do curso).

8.2. O número mínimo de presenças é de 90% da carga horária total de cada uma das componentes de formação:

a) Formação Geral – é obrigatória a presença em todas as unidades de formação

CARGA HORÁRIA	FALTAS POSSÍVEIS
7 horas	1 h 30 m

b) Formação Específica – é obrigatória a presença em **todas** as unidades de formação

CARGA HORÁRIA	FALTAS POSSÍVEIS
100 horas	10 horas

c) Estágio – Duração mínima de 6 meses na mesma época desportiva, nos termos do ponto 6.3 deste Regulamento.

8.3. Os formandos que excederem o limite de faltas definido neste Regulamento serão considerados **excluídos da correspondente componente formativa** do curso.

9. Avaliação

9.1. Avaliação Global

A avaliação sumativa global, por componente formativa, por unidade de formação e por tarefa de avaliação será realizada na escala 0 a 20. A reprovação numa unidade de formação de uma componente formativa implica automaticamente a reprovação nessa componente. A fórmula a aplicar para a classificação final será a seguinte:

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

Classificação Final*= (Formação Geral+Formação Específicax4 + Estágio x 2)

7

*Esta classificação é arredondada às décimas, não podendo ser inferior a 10 valores.

9.2. Formação Geral

A avaliação das diferentes unidades de formação desta componente será realizada do modo que se descreve:

UNIDADES DE FORMAÇÃO	FORMAS DE AVALIAÇÃO RECOMENDADAS
Funcionamento do Corpo Humano, Primeiros Socorros e Antidopagem (FCHPSAD)	Teste escrito composto por perguntas de escolha múltipla
Desporto Adaptado (DA)	Escolher dentro de um grupo de frases aquelas que representam uma aplicação correta dos termos em estudo Identificar nas situações que lhe são apresentadas (e.g. desenhos) as que são facilitadoras assim como as que constituem barreiras à participação da pessoa com deficiência Solicitar aos formandos que perante um caso concreto que lhes é fornecido descrevam e justifiquem uma sequência de aprendizagem Experimentação de jogos com simulação de uma deficiência, identificando e aplicando estratégias facilitadoras do desempenho.

A classificação final desta componente resultará da ponderação, que se apresenta, das diferentes unidades de formação:

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

UNIDADES DE FORMAÇÃO	PONDERAÇÃO
Funcionamento do Corpo Humano, Primeiros Socorros e Antidopagem (FCHPSAD)	5
Desporto Adaptado (DA)	2

A classificação final da Formação Geral poderá representar-se assim:

$$FG = \frac{(FCHPSAD \times 5) \times (DA \times 2)}{7}$$

9.3. Formação Específica

A avaliação das diferentes unidades de formação desta componente será efetuada através da realização das formas de avaliação obrigatórias indicadas:

UNIDADES DE FORMAÇÃO	FORMAS DE AVALIAÇÃO OBRIGATÓRIAS
Metodologia do Treino do Futebol	Teste escrito; Avaliação contínua; Avaliação prática
Técnico-Tática	Teste escrito; Avaliação contínua; Avaliação prática
Capacidades Motoras do Futebol	Teste escrito; Avaliação contínua; Avaliação prática
Psicologia Aplicada ao Futebol	Teste escrito; Trabalhos individuais e/ou de grupo; Reflexão, análise e discussão de casos práticos, de competências básicas do treinador como formador de pessoas neste contexto de intervenção
Arbitragem e Leis de Jogo	Teste escrito
Gestão e Organização do Futebol	Teste escrito

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

A classificação final desta componente resultará da ponderação, que se apresenta, das diferentes unidades de formação:

UNIDADES DE FORMAÇÃO	PONDERAÇÃO
Técnico-Tática (TT)	8
Metodologia Treino Futebol (MTF)	6
Capacidades Motoras do Futebol (CM)	6
Psicologia Aplicada ao Futebol (PAF)	4
Arbitragem e Leis de Jogo (ALJ)	2
Gestão e Organização do Futebol (GOF)	1

A classificação final da Formação Específica poderá representar-se assim:

$$\textbf{Classificação FE} = \frac{\textbf{(TT/MTF/CM x 20) + (PAF x 4) + (ALJ x 1) + (GOF x 2)}}{\textbf{27}}$$

A classificação teórica conjunta de Técnico-Tática + Metodologia do Treino do Futebol + Capacidades Motoras resultará das ponderações que se apresentam:

AVALIAÇÕES	PONDERAÇÃO
Teste Técnico-Tática + Metod. Treino Futebol (TT/MTF)	**13**
Teste de Capacidades Motoras do Futebol (CM)	**5**

A **classificação global conjunta** de Técnico-Tática + Metodologia do Treino do Futebol + Capacidades Motoras resultará das ponderações que se apresentam:

AVALIAÇÕES	PONDERAÇÃO
Exames Teóricos (TT/MTF/CM)	**2**

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

Exames Práticos (TT/MTF/CM)	**3**

Classificação TT/MTF/CM = (TT/MTF x 13 + CM x 5 / 18) x 2 + (Exame Prático x 3)

5

A **avaliação prática conjunta** de Técnico-Tática + Metodologia do Treino do Futebol + Capacidades Motoras – a realizar no terreno de jogo – visa a aferição de conhecimentos e competências dos formandos enquanto treinadores, nomeadamente, no domínio técnico e na organização e condução do treino; para o efeito, cada candidato tem de operacionalizar uma ação específica de treino com uma duração máxima de 15 minutos; o formando apenas tomará conhecimento desta ação, que terá que operacionalizar, 15 minutos antes de a executar.

Haverá um **júri nacional de recurso** constituído por **cinco (5) treinadores de mérito reconhecido** – 4 indicados pela FPF e um deles pela ANTF –, a quem cabe deliberar sobre o resultado de qualquer recurso apresentado em função da reprovação numa qualquer unidade de formação da formação específica, nomeadamente:

- Considerar aprovado o formando
- Manter a reprovação
- Deliberar que o formando repita o exame

9.4. Estágio

O treinador estagiário está sujeito a um Coordenador de Estágio da AF Guarda e a um Tutor, a quem cabe apoiá-lo no seu desenvolvimento profissional, este último prioritariamente designado pelo Clube de acolhimento do estágio ou, em caso de impossibilidade deste, de escolha do próprio formando, sempre com o acordo da AF Guarda. O formando pode contar, na procura de um Tutor, com a disponibilidade ativa da ANTF.

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

A classificação final desta componente resultará da ponderação, que se apresenta, dos diferentes elementos de avaliação:

ELEMENTOS DE AVALIAÇÃO	PONDERAÇÃO
Desempenho no exercício concreto da função	**6**
Caderno do treinador	**3**
Relatório de estágio	**1**

A classificação final do Estágio poderá representar-se assim:

$$\textbf{Classificação} = \frac{\textbf{(Desempenho x 6) + (Caderno x 3) + (Relatório x 1)}}{\textbf{10}}$$

10. Seguro

Como entidade promotora da formação caberá à AF Guarda realizar um seguro de acidentes pessoais para os formandos.

11. Disposições Finais

Os formandos aprovados têm direito à emissão de:

a) **Certificado de Qualificações** por componente de formação geral ou específica, no final de cada uma destas
b) **Diploma de Qualificações de Grau I**, após a conclusão das três componentes do curso
c) **Diploma "UEFA C"**, no âmbito da Convenção de Treinadores da UEFA, após a conclusão das três componentes do curso.

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda

Todos os casos eventualmente omissos neste Regulamento serão analisados e resolvidos pela Direção do curso, sem recurso.

12. Incentivo aos Sócios Ordinários

Os Sócios ordinários que indicarem e/ou pagarem o curso de treinador e após conclusão com aproveitamento, receberão um crédito na sua conta corrente de acordo com os seguintes critérios:

- 10% - Um treinador
- 12,5% – Dois treinadores
- 15% - Três ou mais treinadores

271 232 450 direccao@afguarda.pt
Rua Comandante Salvador Nascimento, LT LC3 | 6300- 678 Guarda