

Curso de Treinador de Desporto | Golfe - Grau I 2026

PRÉ - INSCRIÇÃO

Queres dar o primeiro passo na tua carreira como treinador/a de golfe?

A Federação Portuguesa de Golfe vai promover um Curso de Treinadores de Golfe de Grau I, reconhecido pelo Instituto Português do Desporto e da Juventude, I.P. (IPDJ, IP), que te permite iniciar oficialmente a tua carreira como treinador/a, através do acesso ao Título Profissional de Treinador/a de Desporto (TPTD), o documento obrigatório para o exercício da profissão.

Este curso constitui uma oportunidade única para adquirires as competências essenciais para o exercício da atividade de treinador/a, num enquadramento legalmente reconhecido e alinhado com os padrões nacionais de formação.

A pré-inscrição é obrigatória e não garante vaga no curso. A candidatura é efetuada através do preenchimento do formulário de pré-inscrição. **As pré-inscrições decorrem de 19 a 31 de janeiro.**

Não percas esta oportunidade de iniciares o teu percurso profissional no golfe.

Vagas:

20

Diretor de Curso:

Nelson Ribeiro

Assiduidade:

Para efeitos de conclusão de um curso de treinadores com aproveitamento e posterior certificação, a assiduidade não pode ser inferior a 90% da carga horária de cada uma das Unidades de Formação do percurso formativo nas componentes de formação geral e específica.

Objetivos:

Em termos de contexto de prática desportiva, a atividade do treinador de Grau I desenvolve-se desde o âmbito do Desporto de Participação, sem competição ou com competição não sistemática e de cariz informal, até à prática inicial do Desporto de Rendimento com quadros competitivos sistemáticos e de natureza formal

Pretende-se que, no final do curso, o formando adquira as seguintes competências e conhecimentos:

- Orientar as atividades associadas às etapas iniciais de desenvolvimento do praticante no âmbito do Desportivo;
- Coadjuvar treinadores em níveis de prática associados ao Grau II.
- Coordenar e supervisionar equipas técnicas de profissionais em níveis de prática associados ao Grau I.

Público Alvo:

- Todos os interessados que pretendem ser Treinador de Desporto de Grau I e que cumprem os requisitos de acesso.

Pré-Requisitos: Cada candidato deve cumprir cumulativamente os seguintes requisitos:

- Idade mínima 18 anos (à data da emissão do Diploma de Qualificações).;
- Jogadores de golfe **com licença da FPG ativa**;
- Handicap inferior a 9,0 ou a frequentar a licenciatura ou ser licenciado na área de desporto com handicap inferior a 18,4;
- Escolaridade mínima obrigatória (de acordo com a legislação em vigor) à data de emissão do Diploma de Qualificações:

4 anos | Para os nascidos até 31-12-1966.

6 anos | Para os nascidos entre 01-01-1967 e 31-12-1980.

9 anos | Para os nascidos entre 01-01-1981 a 31-12-2002

12 anos | Para os nascidos a partir de 01-01-2003 e/ou que se inscreveram no ano letivo de 2009/2010, no 1º e no 2º ciclo do ensino básico, ou no 7º ano de escolaridade.

O **Curso de Treinadores de Golfe de Grau I** decorre em três fases consecutivas, mas autónomas, correspondentes às três componentes formativas previstas no Programa Nacional de Formação de Treinadores do IPDJ: **formação geral, formação específica e formação prática (estágio)**.

Componente Geral: 36h, em regime de ensino à distância (sessões assíncronas), em parceria com a GNOSIES, **decorrendo de 11 de fevereiro a 11 de abril de 2026.**

Programa:

1. Teoria e Metodologia do Treino Desportivo
2. Pedagogia e Didática do Desporto
3. Funcionamento do Corpo Humano, primeiros socorros e antidopagem
4. Desporto Adaptado
5. Ética no Desporto
6. Teste final – 28 março / 11 abril, as 11.00 às 12:00 (presencial)

Processo de Estudo:

- A coordenação pedagógica da Gnosies entrará em contacto, sendo enviado um email com os dados de acesso à plataforma de estudo.
- Durante a realização do estudo irá receber acompanhamento técnico/tutoria por parte da Gnosies.
- O curso está organizado por unidades de estudo, compostas por:
 - 1- Aulas e respectivos exercícios de aula
 - 2- Testes de preparação e avaliação
- No fim do prazo estabelecido, irá realizar-se o teste final presencial no Centro Nacional de Formação de Golfe do Jamor (<https://portal.fpg.pt/cnfg-jamor/contactos/>)
- Todas as unidades e teste presencial deverão ter nota positiva (pelo menos 50%)
- Após completar o “Processo de Estudo” com sucesso, será emitido o certificado de qualificações da componente de formação geral.
- Caso não cumpra os prazos ou tenha notas negativas, o processo encerrará.

Componente Específica*: 48 horas, em regime **b-learning**, em parceria com a **GNOSES**. Sessões síncronas e testes de unidade em regime pós-laboral (20h30–22h30), de **21 de abril a 22 de junho de 2026**. Sessões práticas presenciais e teste final presencial no **Centro Nacional de Formação de Golfe do Jamor**, de **7 a 11 de setembro de 2026**.

Programa:

Dia/Mês		Unidade	temas		Horário
21	ABRIL	INTRODUÇÃO		ONLINE	20.-21.30
23	ABRIL	1. CONCEITOS BÁSICOS DE GOLFE	Arquitetura do campo de Golfe Tipologia dos campos de Golfe Sistema Mundial de Gestão de Handicaps (WHS)	ONLINE	20.30-22.30
28	ABRIL		Processo de certificação de academias de Golfe	ONLINE	20.30-22.30
30	ABRIL		Organização da modalidade – setores Desporto Escolar e federado	ONLINE	20.30-22.30
4	MAIO	1. TESTE		ONLINE	20.30-21.30
5	MAIO	2. ORGANIZAÇÃO DE EVENTOS DE GOLFE	Organização de torneios locais	ONLINE	20.30-22.30
7	MAIO		Organização de provas no campeonato nacional de nível regional	ONLINE	20.30-22.30
11	MAIO	2. TESTE		ONLINE	20.30-21.30
12	MAIO	3. REGULAMENTOS DE GOLFE	Regras de Golfe Decisões de Golfe	ONLINE	20.30-22.30
14	MAIO		A comunicação – relação árbitro/atleta e árbitro/treinador Procedimentos do controle antidopagem no Golfe	ONLINE	20.30-22.30
18	MAIO	3. TESTE		ONLINE	20.30-21.30
19	MAIO	4. METODOLOGIA DO TREINO DE GOLFE	Planeamento e periodização do treino de golfe 1	ONLINE	20.30-22.30
21	MAIO		Princípios do treino de golfe Componentes estruturais do treino de golfe	ONLINE	20.30-22.30
25	MAIO	4. TESTE		ONLINE	20.30-21.30

26	MAIO	5. TÉCNICA DE GOLFE	Fases do processo de ensino/aprendizagem da técnica de Golfe Introdução aos gestos técnicos e biomecânica Sistemas de análise e observação técnica	ONLINE	20.30-22.30
28	MAIO			ONLINE	20.30-22.30
1	JUNHO	5. TESTE		ONLINE	20.30-21.30
2	JUNHO	6. PEDAGOGIA APLICADA DE GOLFE	Modelos e estilo de ensino do golfe Introdução aos gestos técnicos e biomecânica	ONLINE	20.30-22.30
3	JUNHO			ONLINE	20.30-22.30
8	JUNHO	6. TESTE		ONLINE	20.30-21.30
9	JUNHO	7. EQUIPAMENTO DE JOGO E EQUIPAMENTO DE SUPORTE AO TREINO DE GOLFE	Monitores de lançamento Instrumentos de análise biomecânica Acessórios de apoio ao treino	ONLINE	20.30-22.30
11	JUNHO			ONLINE	20.30-22.30
15	JUNHO	7. TESTE		ONLINE	20.30-21.30
16	JUNHO	8. GOLFE ADAPTADO	Golfe Adaptado na Europa Adaptar clubes e treinadores para o golfe adaptado	ONLINE	20.30-22.30
18	JUNHO			ONLINE	20.30-22.30
22	JUNHO			ONLINE	20.30-22.30
26	JUNHO	8. TESTE		ONLINE	20.30-21.30
7	SETEMBRO	4. METODOLOGIA DO TREINO DE GOLFE (P)	aulas práticas	presencial jamor	9.00-12.00; 14.00-17.00
8	SETEMBRO	5. TÉCNICA DE GOLFE (P)		presencial jamor	9.00-12.00; 14.00-17.00
9	SETEMBRO	6. PEDAGOGIA APLICADA DE GOLFE (P)		presencial jamor	9.00-12.00; 14.00-17.00
10	SETEMBRO	7. EQUIPAMENTO DE JOGO E EQUIPAMENTO DE SUPORTE AO TREINO DE GOLFE (P)		presencial jamor	9.00-12.00; 14.00-17.00
11	SETEMBRO	teste final		presencial jamor	11:00-12:00

Processo de Estudo:

- A coordenação pedagógica da Gnosies entrará em contacto, sendo enviado um email com os dados de acesso à plataforma de estudo.
- Durante a realização do estudo irá receber acompanhamento técnico/tutoria por parte da FPG.
- O curso está organizado por unidades de estudo, compostas por:
 - 1- Aulas e respectivos exercícios de aula
 - 2- Aulas práticas
 - 3- Testes de unidade e avaliação

- No fim do prazo estabelecido, irá realizar-se o teste final presencial no Centro Nacional de Formação de Golfe do Jamor (<https://portal.fpg.pt/cnfg-jamor/contactos/>)
- Todas as unidades e teste presencial deverão ter nota positiva (pelo menos 50%)
- Após completar o “Processo de Estudo” com sucesso, será emitido o certificado de qualificações da componente de formação específica.
- Caso não cumpra os prazos ou tenha notas negativas, o processo encerrará.
- A progressão do formando para a componente de formação prática (estágio) depende de uma avaliação sumativa com aproveitamento (nota igual ou superior a 10), tanto na componente de formação geral como na componente de formação específica da modalidade.

Estágio: *Presencial*, Os estágios tem uma duração mínima de 6 meses , podendo prolongarem-se por uma época desportiva/ 120 horas mínimas dedicadas à condução de sessões de treino, em instalação desportiva com golfe, com tutor – com início em setembro de 2026.

O estágio do **Curso de Treinadores de Golfe de Grau I** deve ser acompanhado por um/a **Tutor/a de Estágio**, responsável pela orientação técnica e pedagógica do/a estagiário/a.

Pode exercer funções de Tutor/a de Estágio o/a treinador/a que reúna cumulativamente os seguintes requisitos:

- Ser Treinador/a de Golfe certificado/a, titular de Título Profissional de Treinador/a de Desporto (TPTD) válido;
- Possuir qualificação igual ou superior ao Grau II de treinador de golfe.

A nomeação do/a Tutor/a de Estágio está sujeita a validação pela Federação Portuguesa de Golfe, nos termos do Programa Nacional de Formação de Treinadores, sob tutela do Instituto Português do Desporto e da Juventude, I.P. (IPDJ).

Com a conclusão com aproveitamento de todas as componentes do curso, e a emissão do respetivo diploma de qualificações (DQ) pela FPG, estão reunidas as condições para o formando proceder ao pedido de emissão do título profissional do treinador (TPTD), processo realizado individualmente pelo próprio, online, através da plataforma eletrónica PRODesporto.

Pré - inscrição: A pré-inscrição deve ser efetuada no Formulário disponível em:

<https://forms.gle/j7nLXVF4UyekBonHA>

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.

Os/as candidatos/as selecionados/as serão contactados/as **até 6 de fevereiro** para dar seguimento às etapas seguintes, que incluem a entrega da documentação obrigatória e o 1º pagamento do curso.

A inscrição definitiva no curso só será aceite mediante entrega dos seguintes documentos obrigatórios:

- Comprovativo de pagamento - Deverá ser enviado o comprovativo de pagamento, com indicação do nome completo do formando, para forneedores@fpg.pt e aalmeida@fpg.pt;
- Certificado de Habilitações (enviar para aalmeida@fpg.pt);

- A Cópia do Certificado de Reconhecimento de Competências (CRC)*, emitido pelo IPDJ, ou cópia do Certificado de Qualificações para os candidatos com equivalência a componente Formação Geral, quando aplicável (enviar para aalmeida@fpg.pt).

*Os/as candidatos/as que possuam certificados de reconhecimento de competências, relativos à formação geral e/ou específica, obtidos no âmbito de percurso académico de ensino superior, poderão ser admitidos/as ao curso nos termos legais aplicáveis.

Não obstante o reconhecimento dessas competências, e tendo em vista uma equilibrada gestão financeira dos cursos, os/as candidatos/as admitidos/as assumem, em igualdade de circunstâncias com os/as restantes formandos/as, os custos da formação geral.

Taxa de frequência do curso: 650,00€, podendo ser paga em 2 prestações

1ª tranche – 350,00€, o pagamento deve ser efetuado desde a notificação de seleção da candidatura até 11 de fevereiro (data limite de pagamento).

2ª tranche – 300,00€, o pagamento deve ser efetuado até 21 de abril (data limite de pagamento).

O não cumprimento do prazo definido para pagamento impede os candidatos da frequência às aulas e leva à respetiva exclusão do curso. No caso do formando desistir do curso, não haverá lugar à devolução da respetiva taxa de inscrição.

O pagamento do Curso de Treinador de Desporto | Golfe - Grau I deverá ser realizado através de transferência bancária.

Conta Destino:

IBAN - Número Internacional de Conta Bancária PT50 0010 0000 1786 4650 0015 9

Nome do beneficiário: Federação Portuguesa de Golfe

Seguro: abrangido pelo Seguro Desportivo da FPG

Informações: Alexandra Betâmio de Almeida aalmeida@fpg.pt; Nelson Ribeiro nelsonribeiro@fpg.pt