Talent ID

Guia para treinadores

O trabalho diário do treinador no Talent ID, com capturas de ecrã e explicações: treinos, testes a partir do telemóvel, jogadores, metodologia e organização. Repete os passos na academia demo «Academia de Futebol Ribeira» (Lisboa): pt.coach@demo.talentid, palavra-passe demo1234.

1. Primeiros passos
2. Trabalho diário
3. Jogadores: saúde e desenvolvimento
4. Metodologia
5. Organização e academia

talent-id.org

Novembro 2026

Guia para o treinador de uma academia ou escola de futebol: o que fazer todos os dias, como organizar um dia de testes e como ler os dados de maturação. As capturas de ecrã são da área demo da «Academia de Futebol Ribeira» (Lisboa): pt.coach@demo.talentid (palavra-passe demo1234).

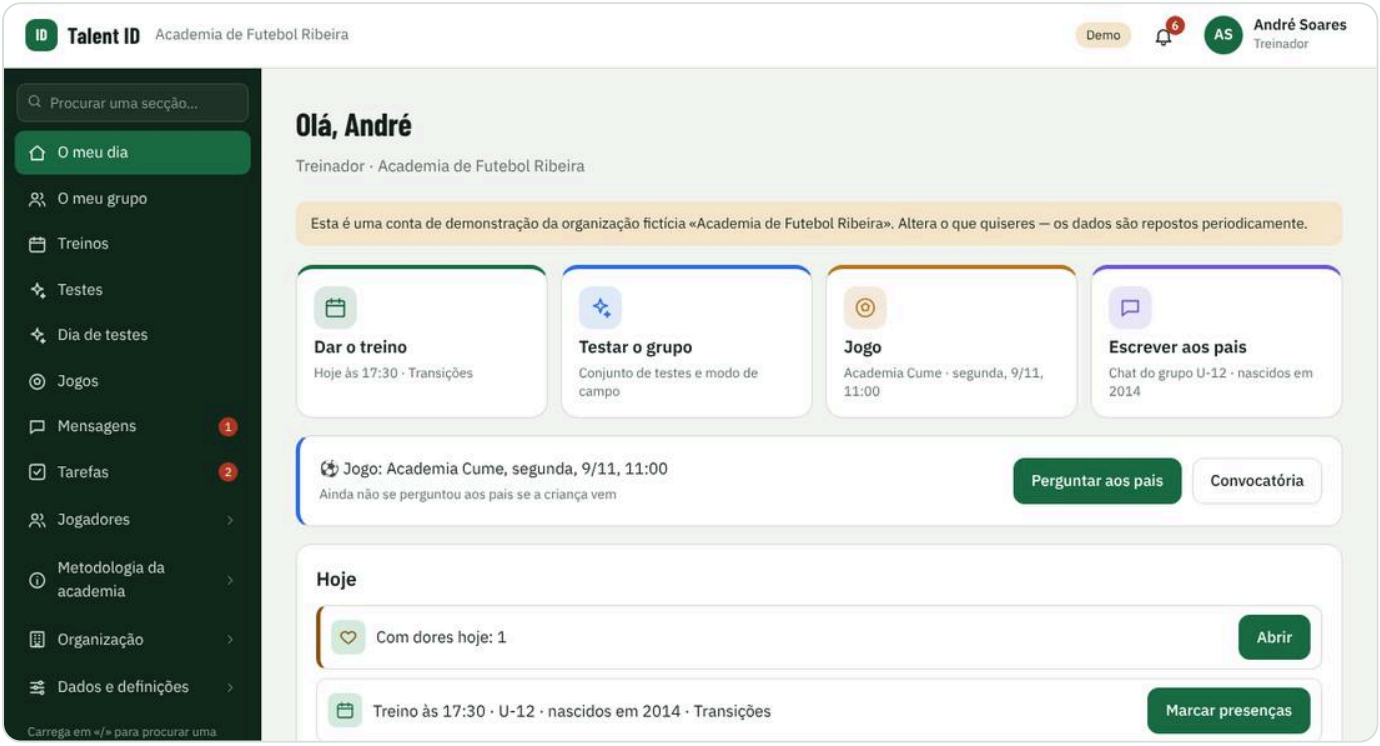
1. Primeiros passos

1.1. Como entrar na academia

1. A direção da academia envia-te um convite ou um código de convite.
2. Regista-te em talent-id.org/pt ou inicia sessão e introduz o código: entras diretamente no teu grupo.
3. Adiciona o site ao ecrã principal do telemóvel: no campo vais trabalhar precisamente a partir daí.

1.2. «O meu dia»

A página inicial do treinador reúne tudo o que é de hoje.



O meu dia

- **Quatro ações rápidas:** «Dar o treino», «Testar o grupo», «Jogo», «Escrever aos pais».
- **Próximo jogo:** o botão «Perguntar aos pais» pergunta a todos os pais do grupo se a criança vai; «Convocatória» é a lista para o jogo.
- **«Hoje»:** quem tem dores, o treino com o botão «Marcar presenças», as tuas tarefas e as mensagens novas.

1.3. No telemóvel

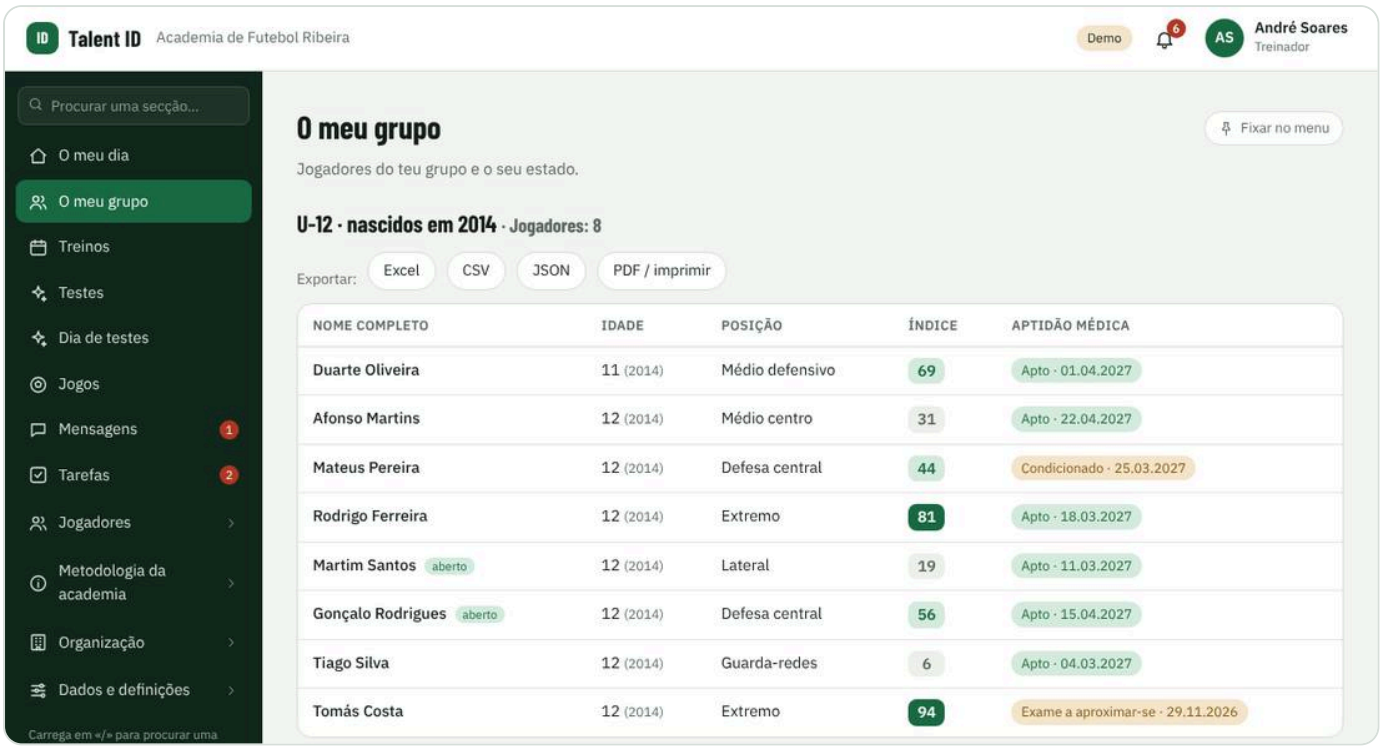
No telemóvel há uma barra em baixo: «Início», «Treinos», «Dia de testes», «O meu grupo» e «Mais»: tudo o que é preciso no campo, à distância de um toque. As restantes secções estão no menu «≡» em cima.



O meu dia no telemóvel

2. Trabalho diário

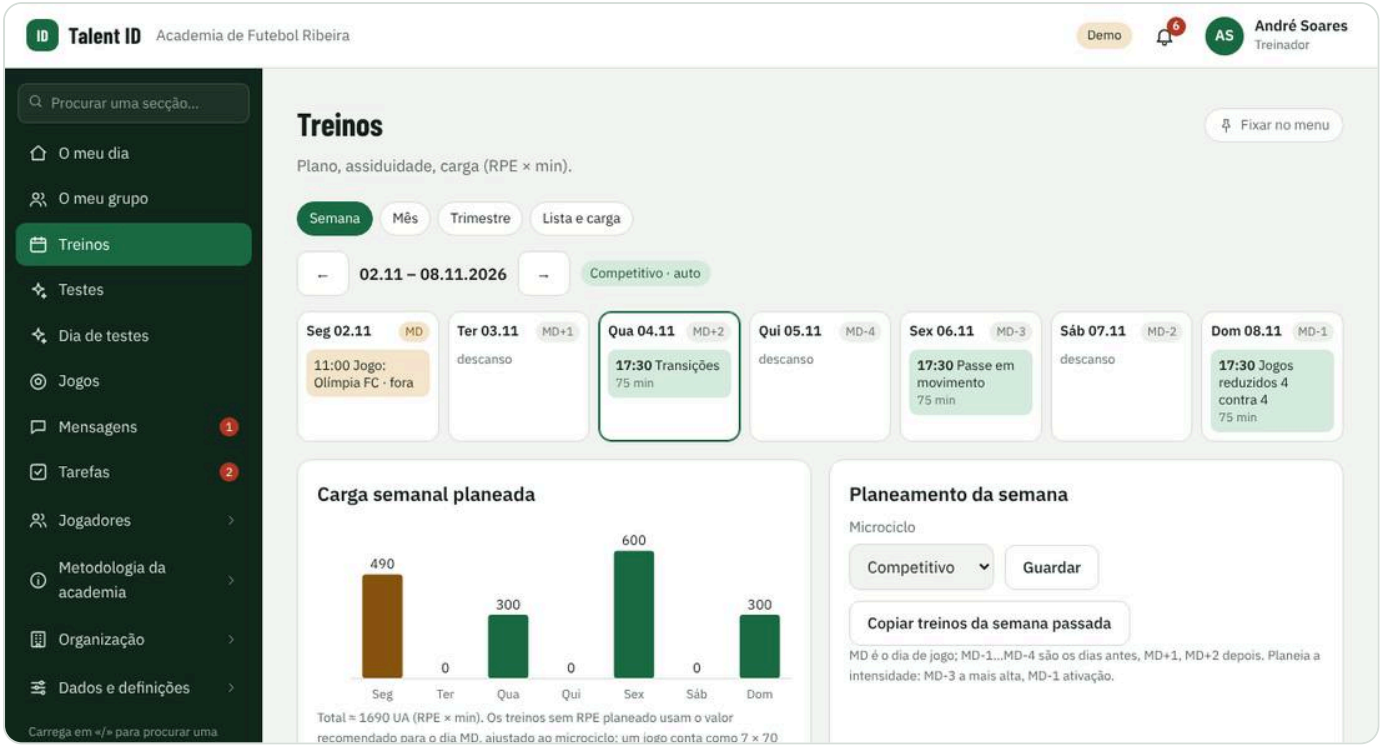
2.1. O meu grupo



O meu grupo

- Todos os jogadores do grupo: idade, posição, índice e aptidão médica («Apto», «Apto com limitações», «Exame a aproximar-se»). Exportação para Excel, CSV, JSON, PDF.
- **«Adicionar jogador»**: adicionar uma criança manualmente.
- **«Ligar o perfil do jogador aos pais»**: os pais recebem um pedido e confirmam que é o seu filho. Até à confirmação só está disponível o trabalho desportivo (grupo, assiduidade, carga, testes); os registos médicos e psicológicos, depois.

2.2. Treinos

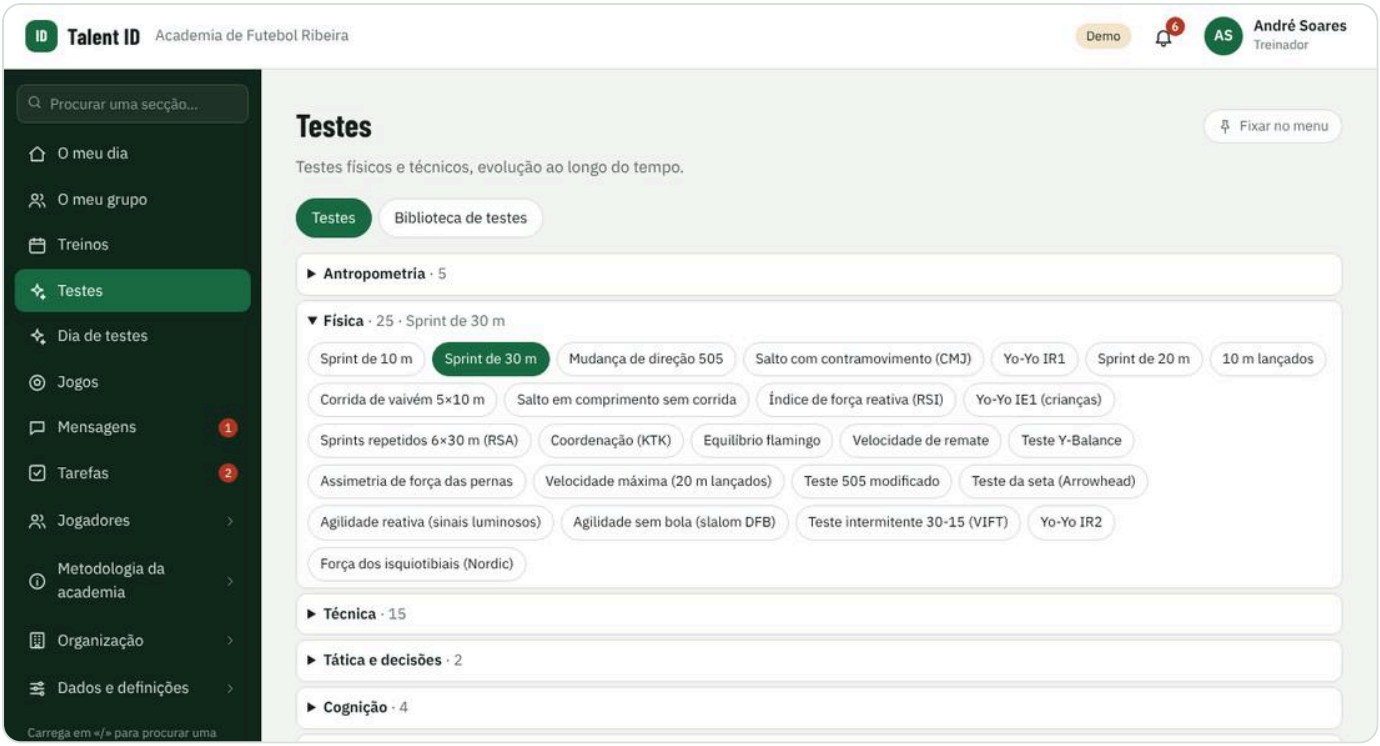


Treinos

1. Escolhe a semana: os dias são marcados em relação ao jogo (MD, dia de jogo; MD-3, três dias antes do jogo).
2. Adiciona treinos ou copia a semana anterior; escolhe o microciclo (competitivo, de recuperação…).
3. Depois do treino, marca as presenças e indica o RPE (esforço 1–10) e os minutos: o serviço calcula a carga.
4. O gráfico «Carga semanal planeada» mostra se a semana está sobrecarregada.

2.3. Testes

Resultados dos testes físicos e técnicos do grupo e a sua evolução. Um resultado isolado podes introduzi-lo aqui; a avaliação de todo o grupo, em «Dia de testes».



Testes

2.4. Dia de testes



Dia de testes no telemóvel

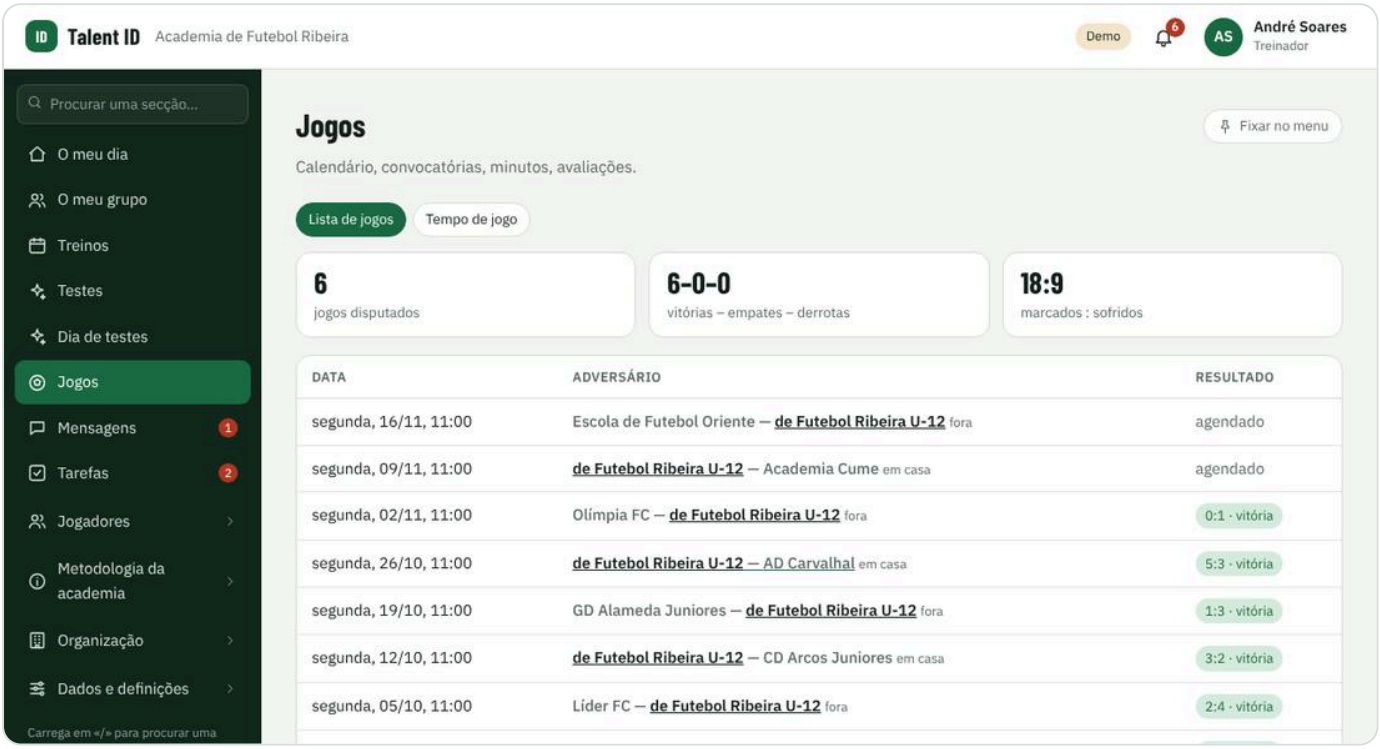
1. **Grupo e data.** O nome é opcional (por exemplo, «Avaliação de outono»).

2. **Conjunto de testes.** «Velocidade e agilidade» (10 e 30 m, 10 m lançados, 505), «Trimestral completo» (altura, peso, sprints, 505, etc.) ou um conjunto próprio.
3. **Modo de campo.** Introduz o resultado de cada jogador diretamente a partir do telemóvel.
4. **Resumo**: logo após a última medição; os resultados passam para as fichas dos jogadores, para o índice e para a evolução que os pais veem.

Dica: faz os testes com o protocolo da «Biblioteca de testes» (secção 4.5); assim os resultados comparam-se de forma justa com os dos pares.

2.5. Jogos

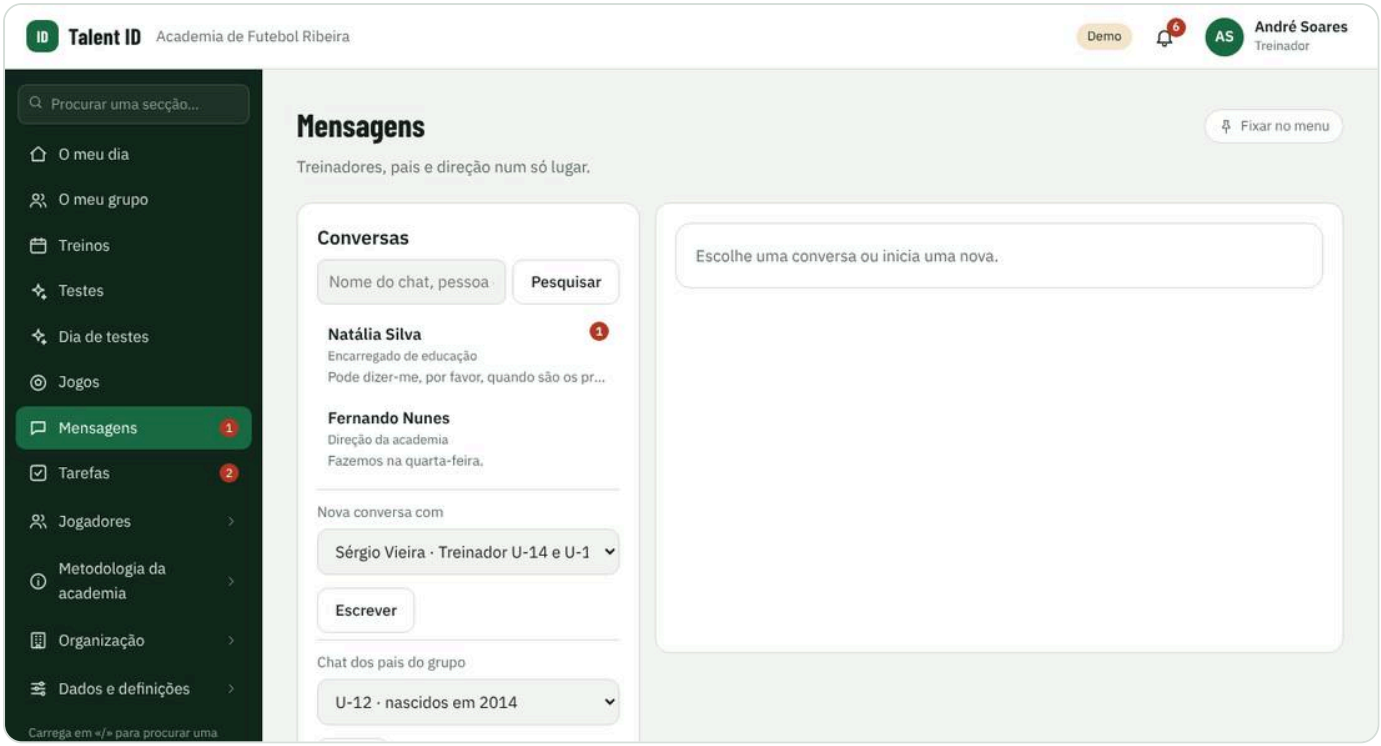
Calendário do grupo, convocatórias, minutos e avaliações. Regista os minutos com honestidade: jogar pouco é um dos sinais de risco de abandono, e o serviço vai avisar-te.



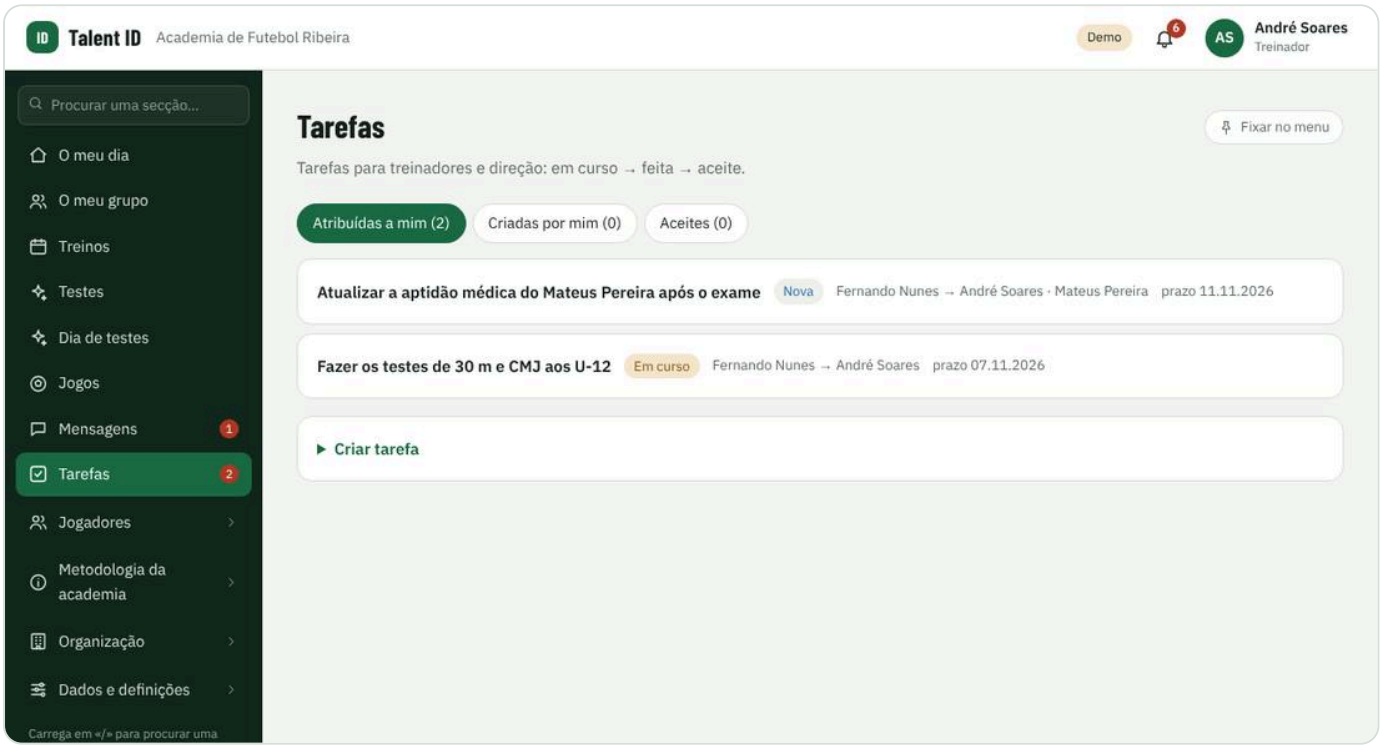
Jogos

2.6. Mensagens e tarefas

- **Mensagens**: chat do grupo com os pais e contacto com a direção. Em vez do teu WhatsApp pessoal: o histórico fica na academia.
- **Tarefas**: tarefas atribuídas pela direção; carrega em «Marcar como concluída» e a direção vai aceitá-la.



Mensagens



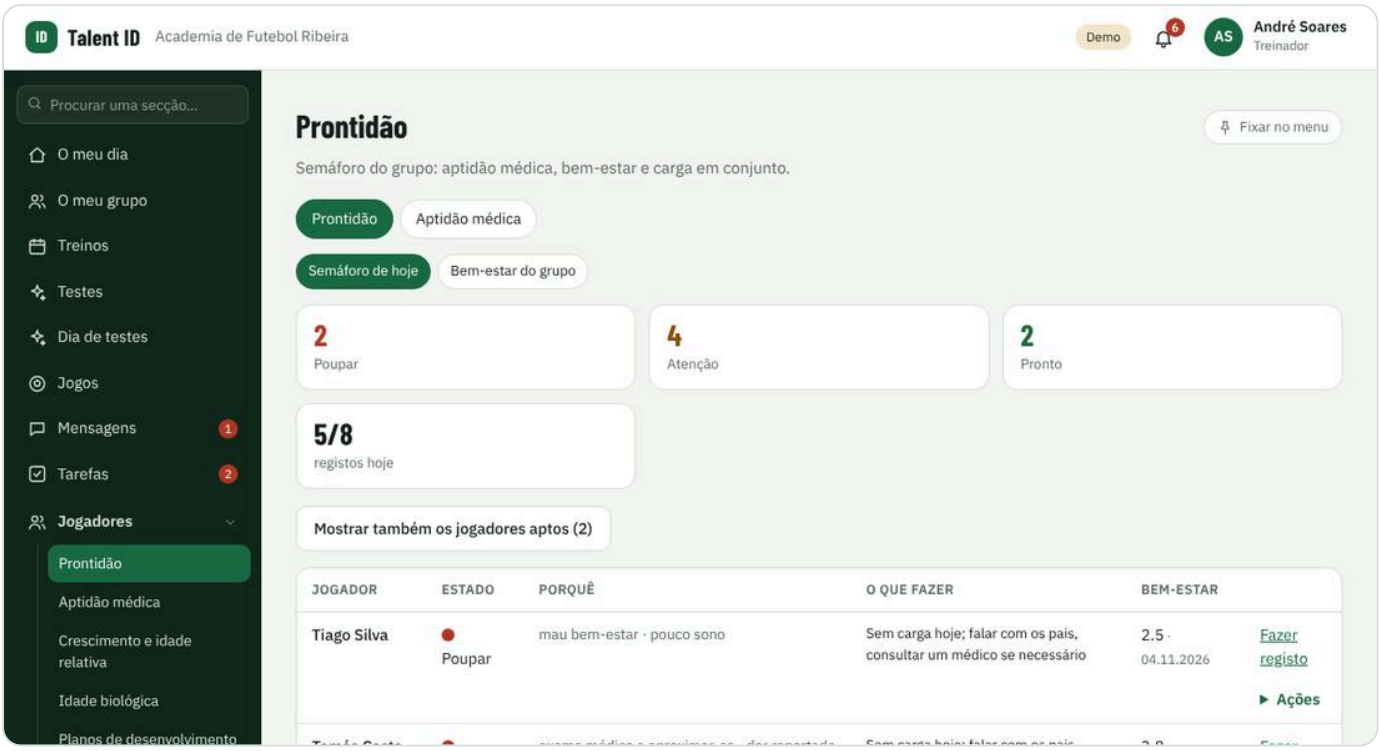
Tarefas

3. Jogadores: saúde e desenvolvimento

No menu é o grupo **«Jogadores»**.

3.1. Prontidão

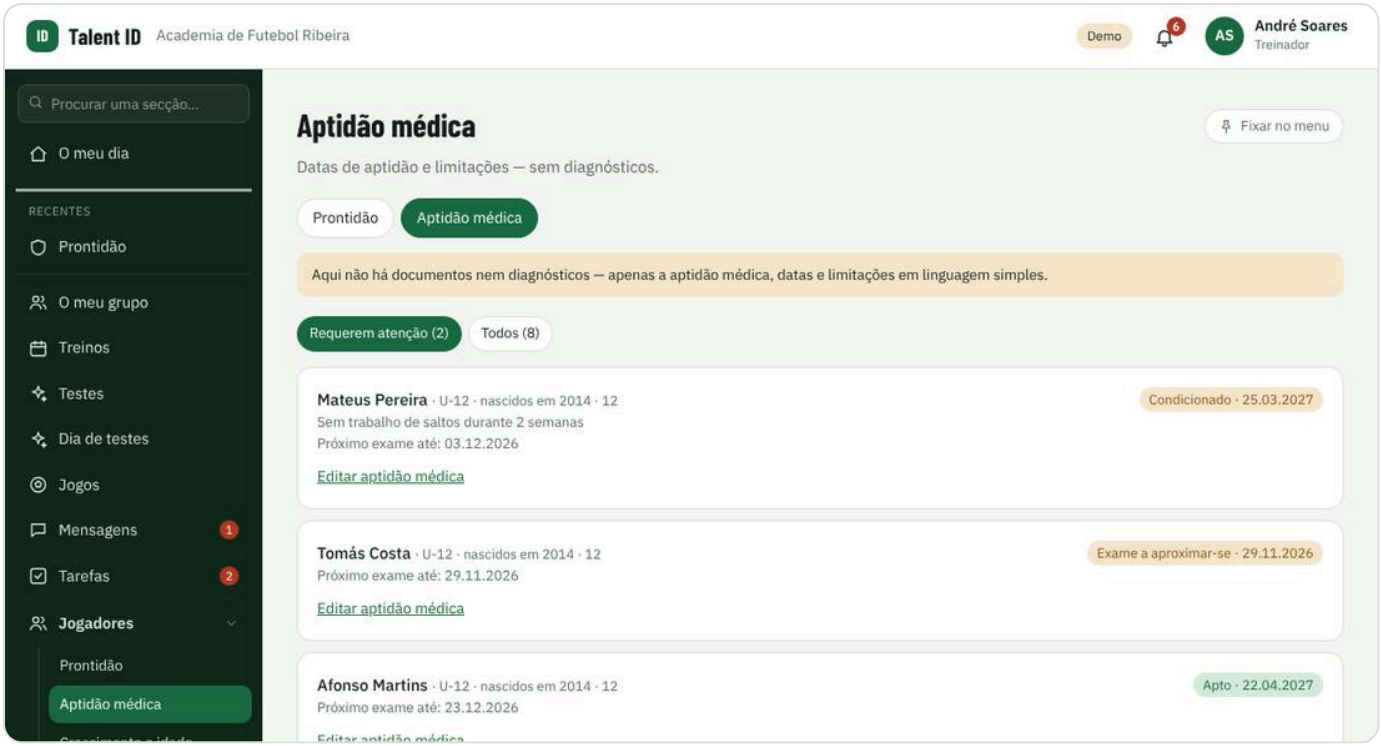
Antes do treino, passa por aqui: aptidão médica, bem-estar segundo o check-in dos pais (sono, humor, energia, dores) e carga de cada jogador numa só tabela. Amarelo: reduz a carga; vermelho: não pode treinar.



Prontidão

3.2. Aptidão médica

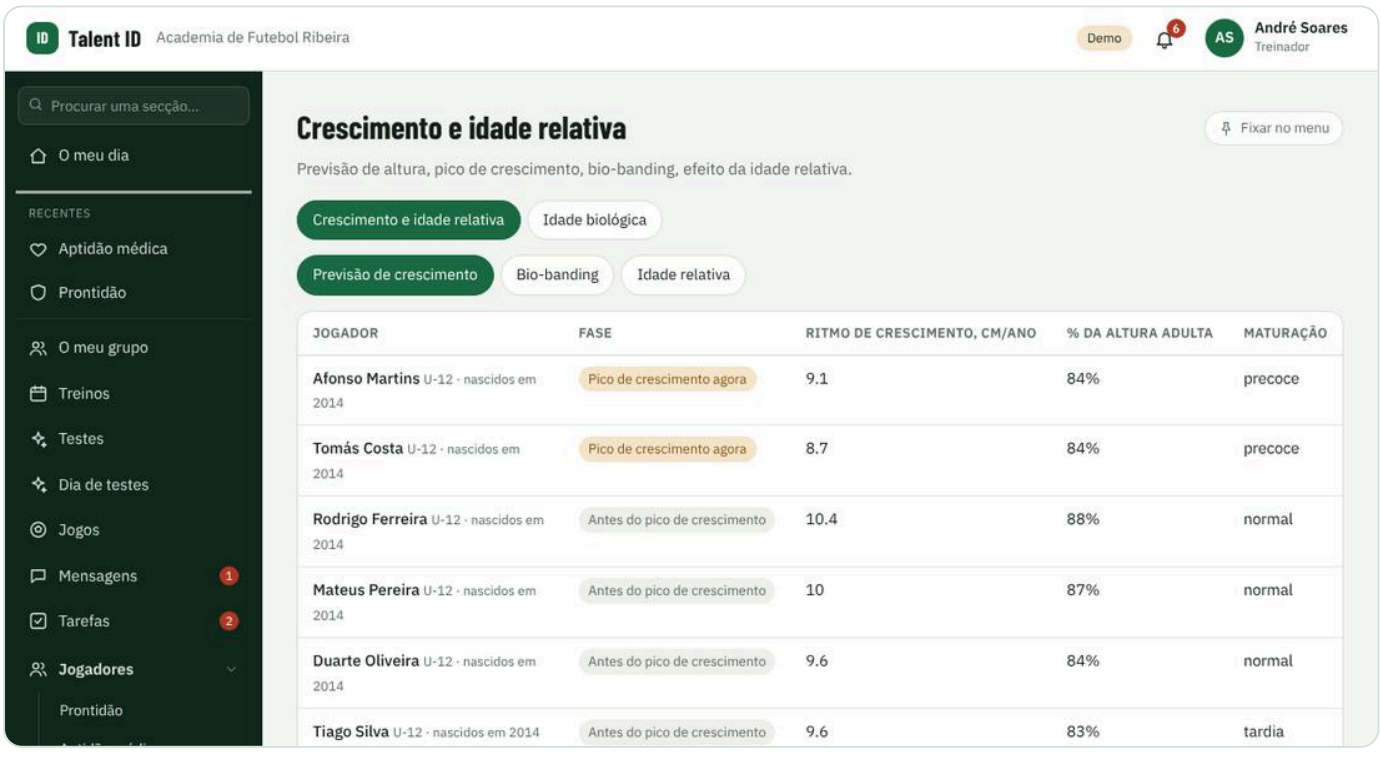
Só vês a data de validade da aptidão e as limitações em linguagem simples, sem diagnósticos. Uma criança com a aptidão expirada aparece em «O meu dia».



Aptidão médica

3.3. Crescimento e idade biológica

- **«Pico de crescimento agora»**: a criança está a crescer depressa; reduz temporariamente a carga de saltos e de força, e está atento a queixas nos joelhos e nos calcanhares.
- **Ritmo de maturação:** precoce, normal, tardio. Uma criança de maturação tardia é agora fisicamente mais fraca, mas isso não significa que tenha menos futuro: vê os resultados com a correção «idade bio.».
- **«Bio-banding»:** para exercícios e jogos reduzidos, divide o grupo em bio-bandas A–D, para que as crianças joguem com outras de desenvolvimento físico semelhante.



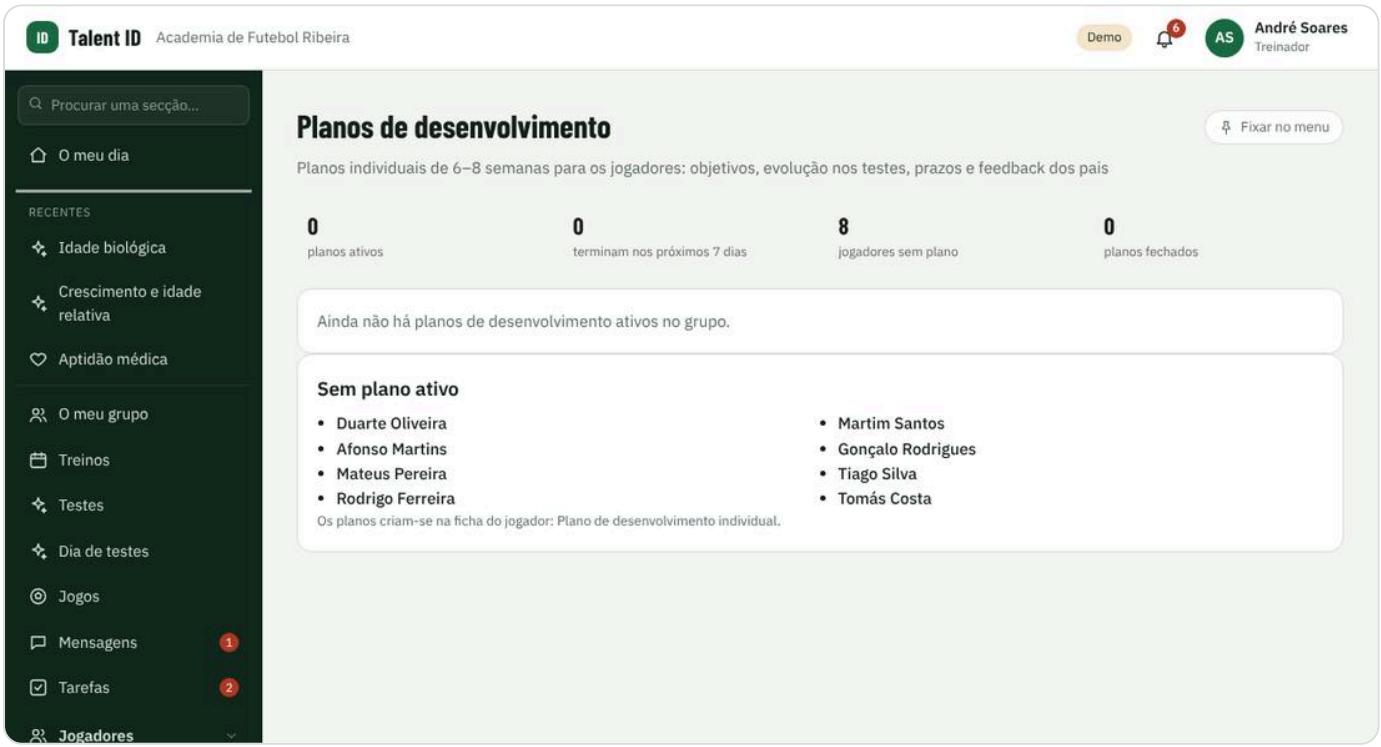
Crescimento e idade relativa



Idade biológica

3.4. Planos de desenvolvimento

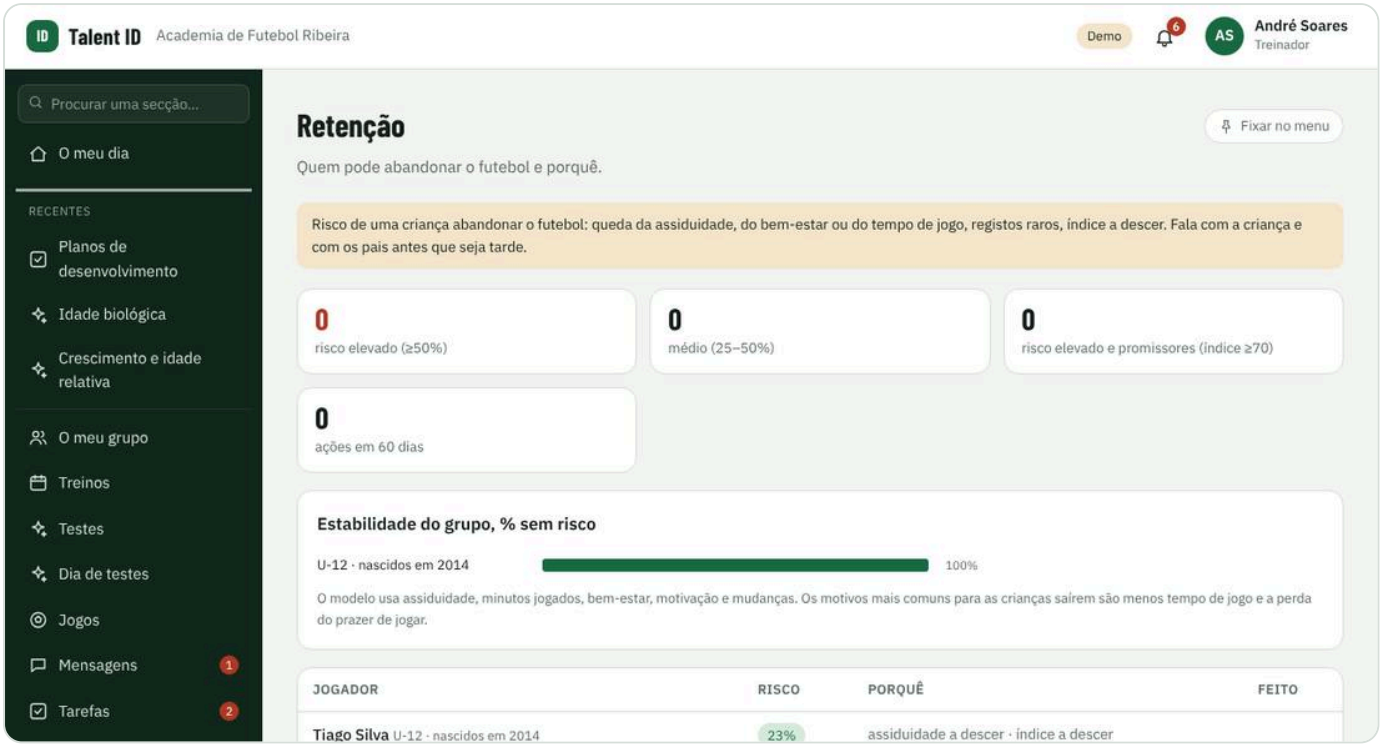
1. Cria um plano de 6–8 semanas para o jogador e escolhe os objetivos (por exemplo, velocidade de arranque, pé mais fraco).
2. O progresso é calculado automaticamente com os testes seguintes.
3. Os pais veem o plano e deixam os seus comentários.



Planos de desenvolvimento

3.5. Retenção

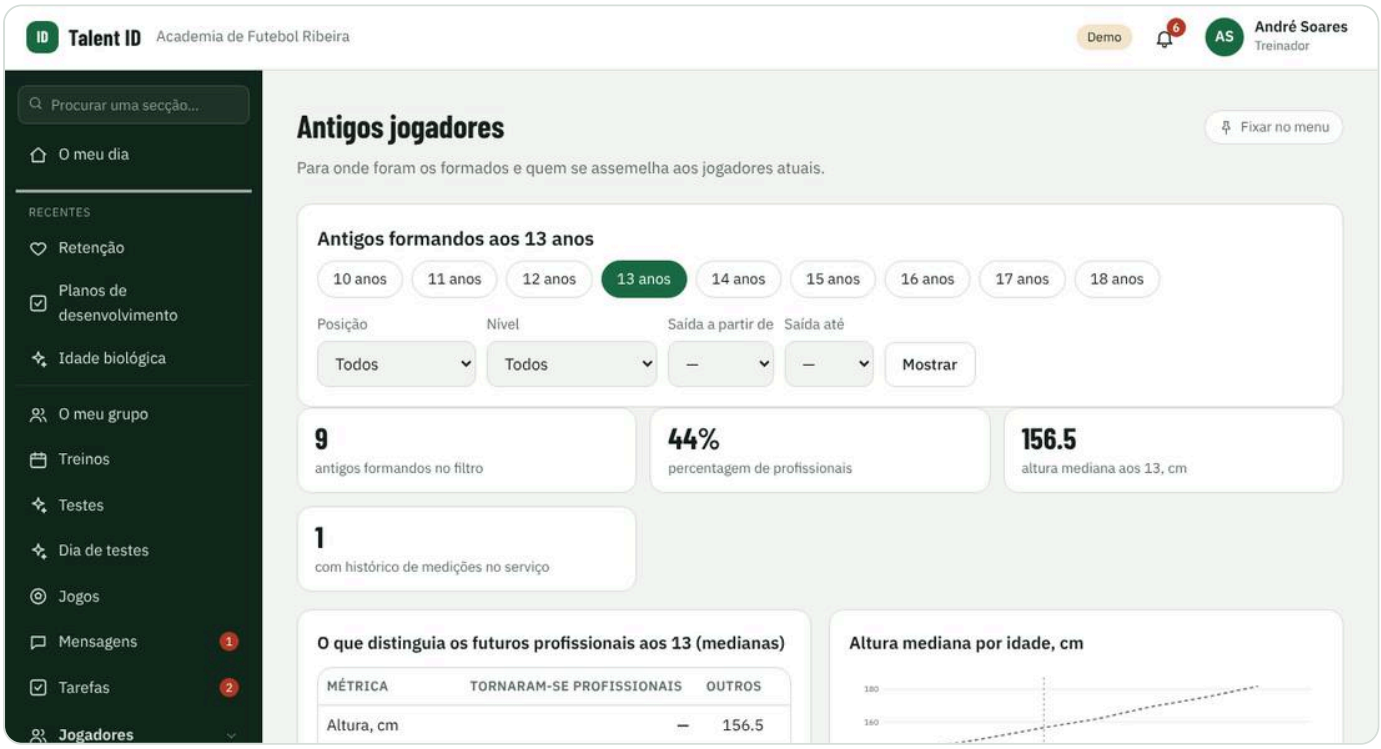
Quem do grupo corre o risco de deixar o futebol e porquê: queda da assiduidade, do bem-estar ou dos minutos, poucos check-ins, descida do índice. Fala com a criança e com os pais e regista a ação: «Conversa», «Plano indiv.» ou «Tudo bem».



Retenção

3.6. Antigos jogadores

Para onde foram os antigos jogadores e quem se parece com os teus jogadores atuais.

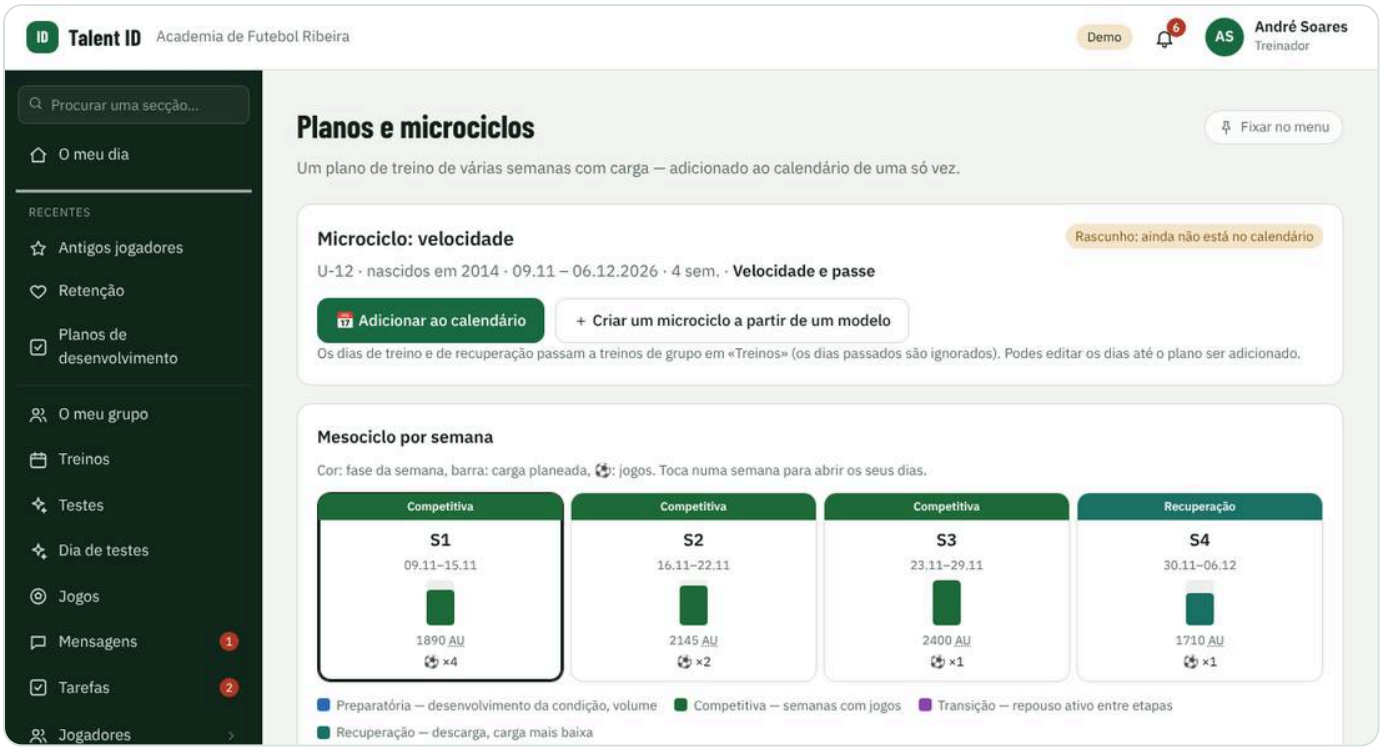


Antigos jogadores

4. Metodologia

4.1. Planos e microciclos

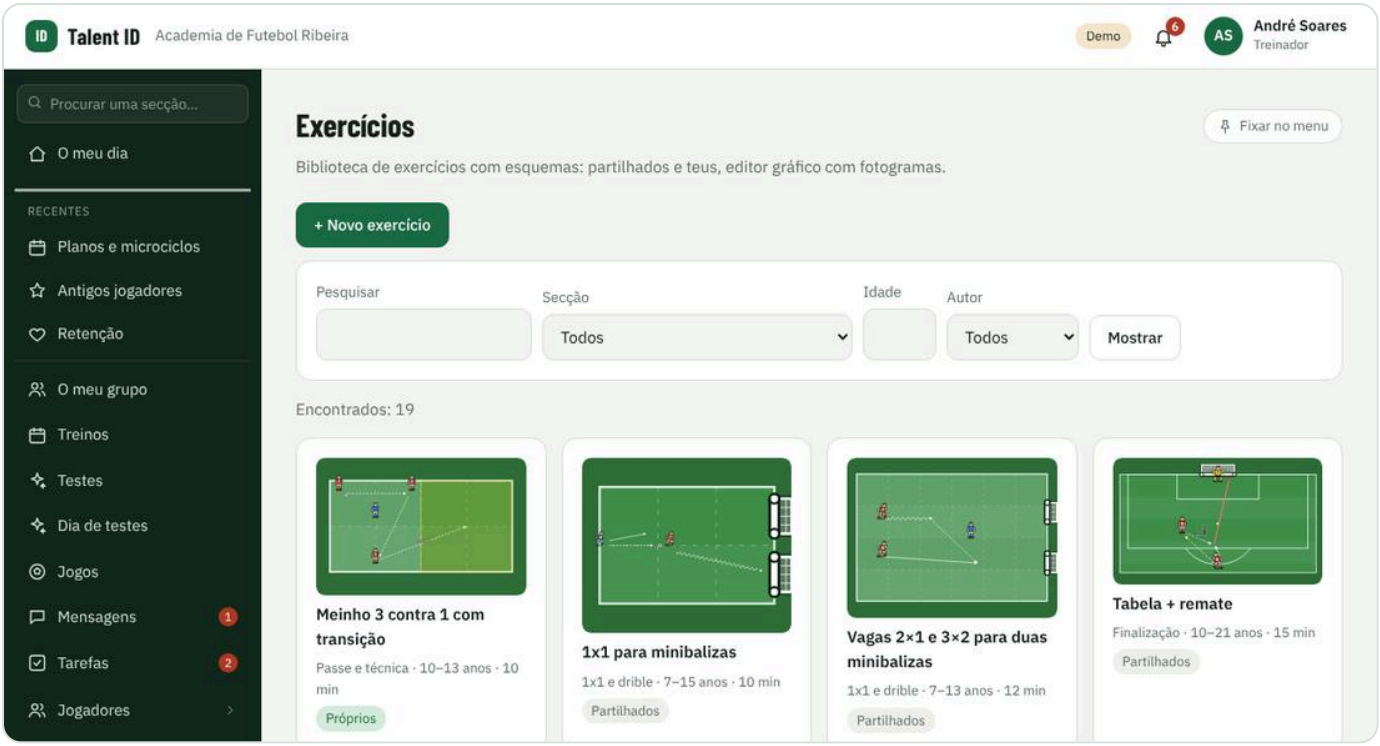
Prepara um plano de várias semanas com a carga planeada e passa-o para o calendário do grupo com um clique.



Planos e microciclos

4.2. Exercícios

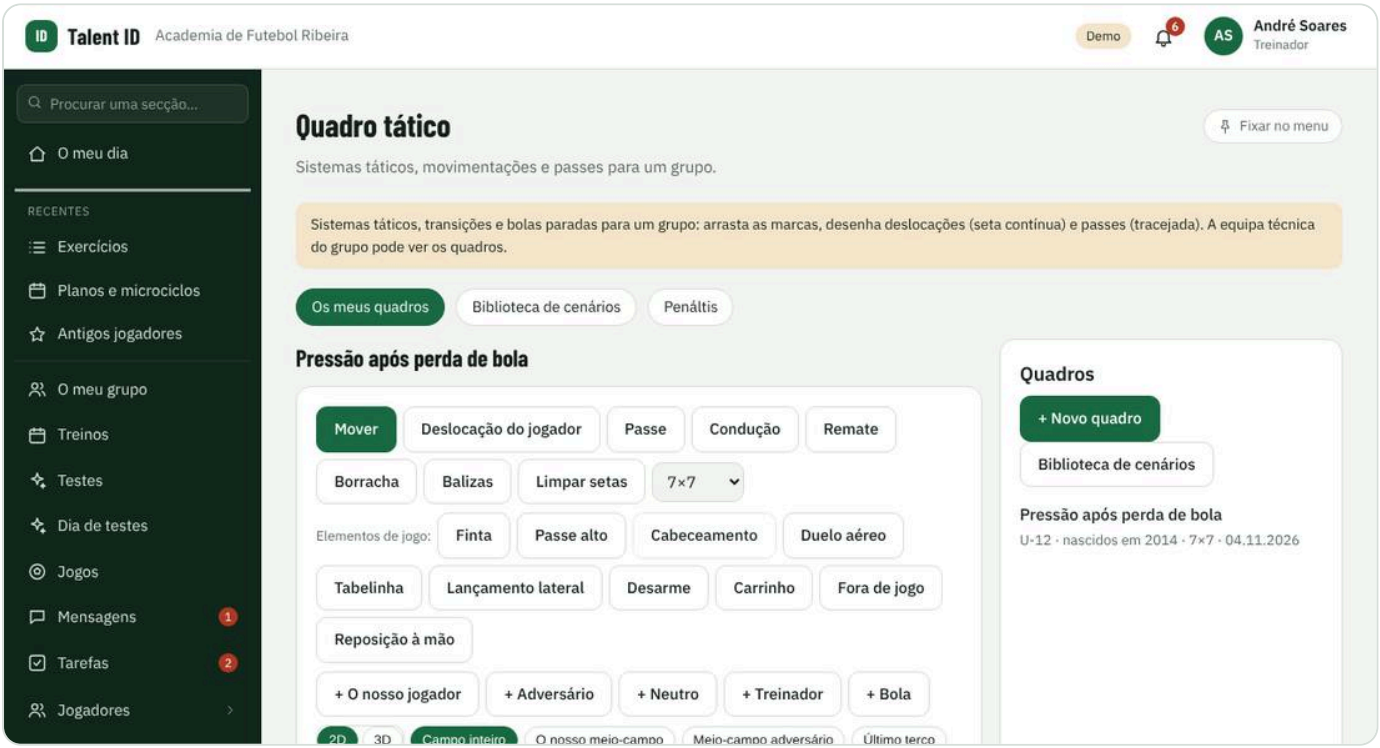
Biblioteca de exercícios com esquemas: comuns e próprios. No editor gráfico desenha o exercício por fotogramas: fica disponível para todos os treinadores da academia.



Exercícios

4.3. Quadro tático

Esquemas de posicionamento, movimentações e passes para o grupo. Podes enviar um esquema aos pais do jogador: eles veem-no na secção «Táticas do treinador» e reencaminham-no à criança por mensageiro.



Quadro tático

4.4. Metodologia da academia

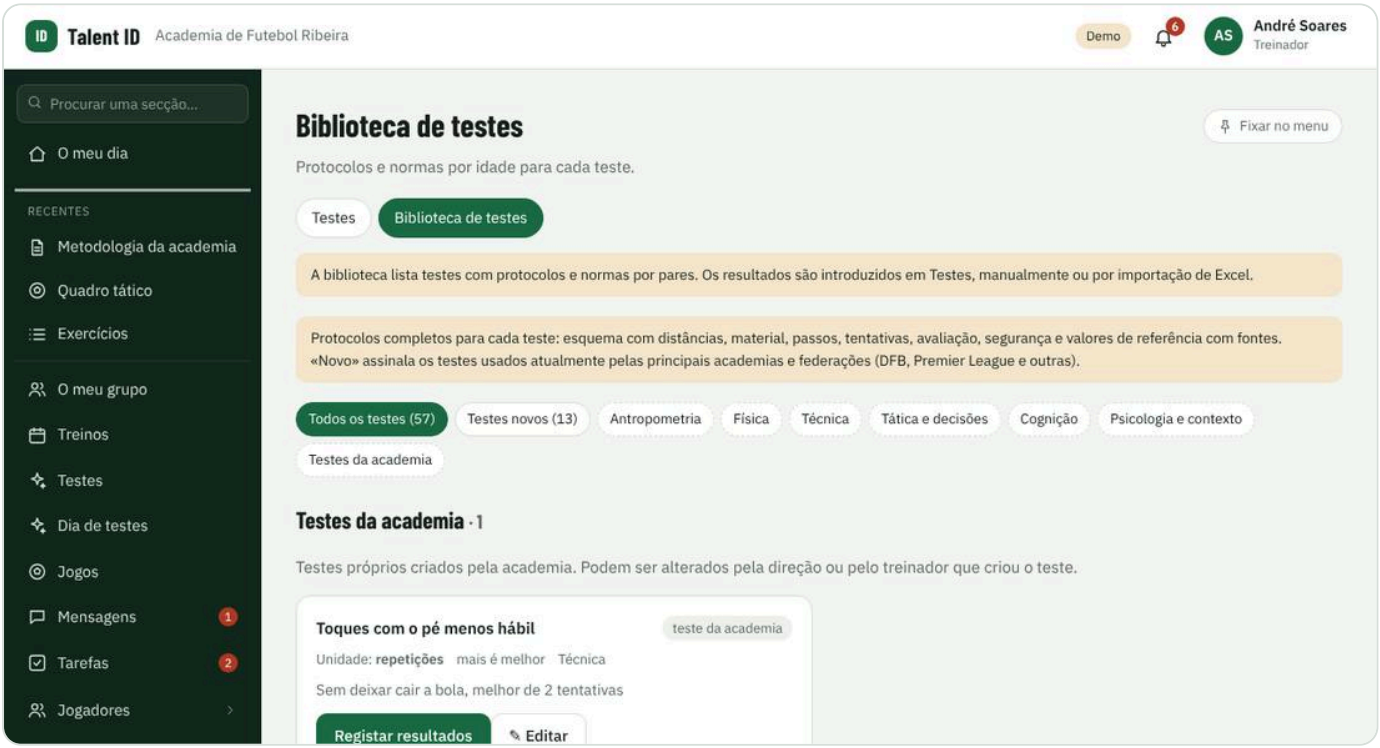
O que a academia espera em cada idade: prioridades do modelo de jogo, objetivos, formatos e estrutura do treino. Confronta com ela o plano da semana.



Metodologia da academia

4.5. Biblioteca de testes

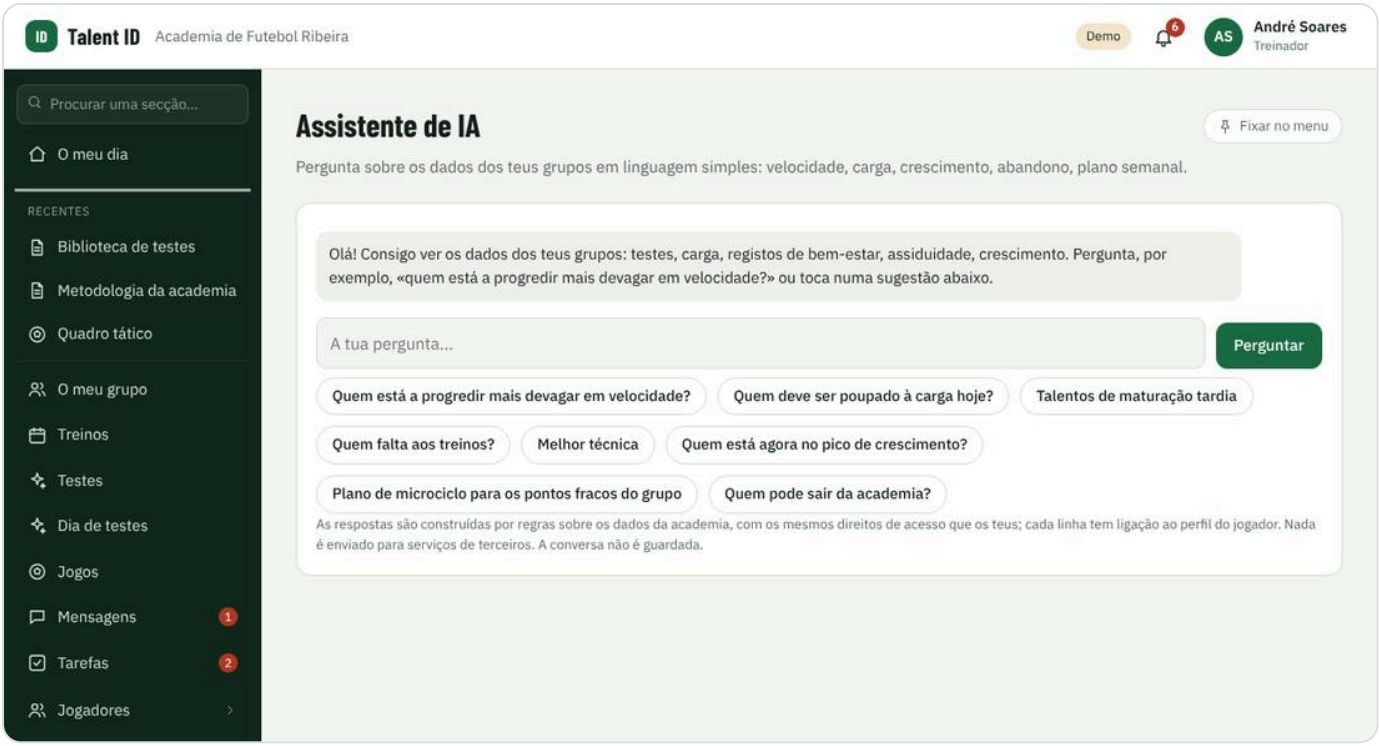
O protocolo de cada teste e as normas por idade. Por exemplo, sprint de 10 m: partida de pé a 0,5 m das primeiras células fotoelétricas, 2 tentativas com 2 min de descanso, conta a melhor.



Biblioteca de testes

4.6. Assistente de IA

Pergunta em linguagem natural: «quem melhorou em velocidade este mês?», «quem está agora no pico de crescimento?», «prepara o plano da semana». O assistente responde com os dados dos teus grupos.



Assistente de IA

5. Organização e academia

5.1. Reuniões de pais

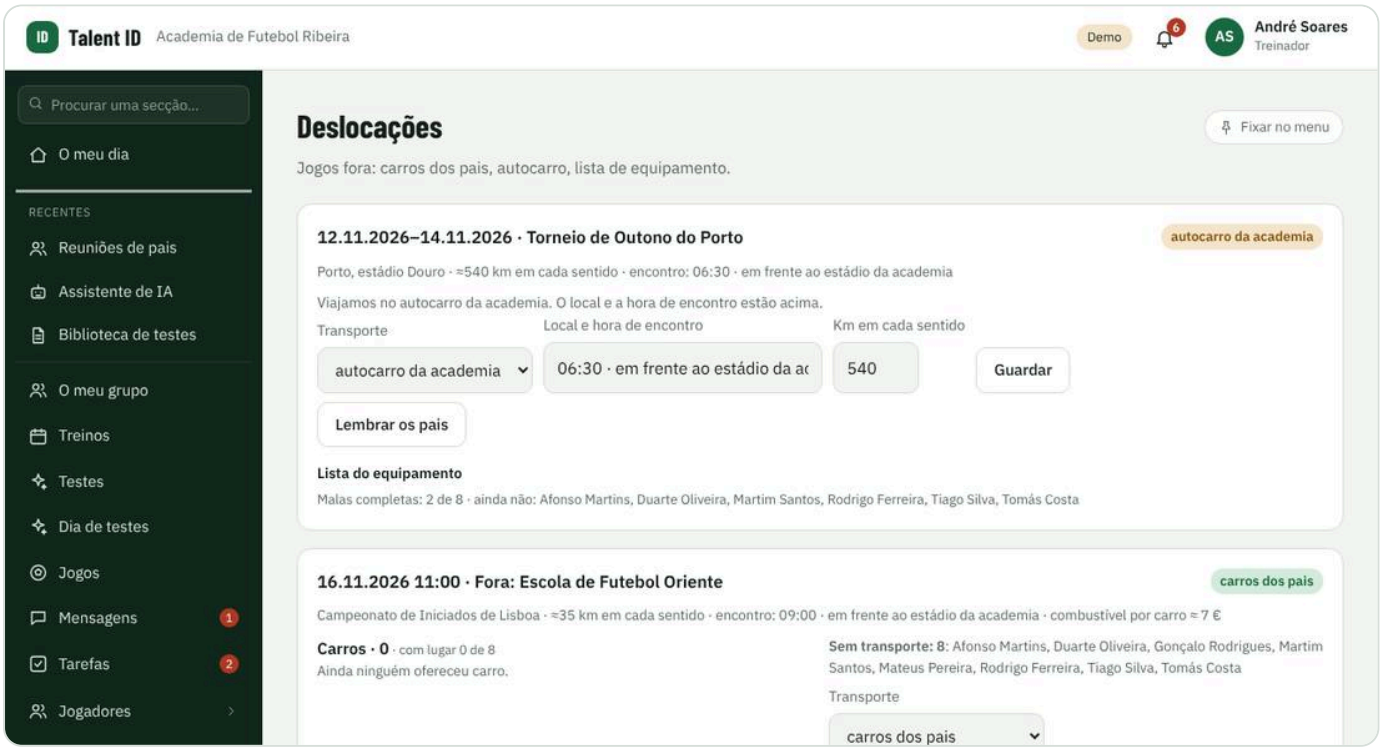
Marca uma reunião para o teu grupo: os pais recebem uma notificação e respondem «vou / não posso».



Reuniões de pais

5.2. Deslocações

Jogo fora: quem vai no carro dos pais, quem vai de autocarro, lista do equipamento. Os pais confirmam a deslocação na sua área.



Deslocações

5.3. Escola e futebol

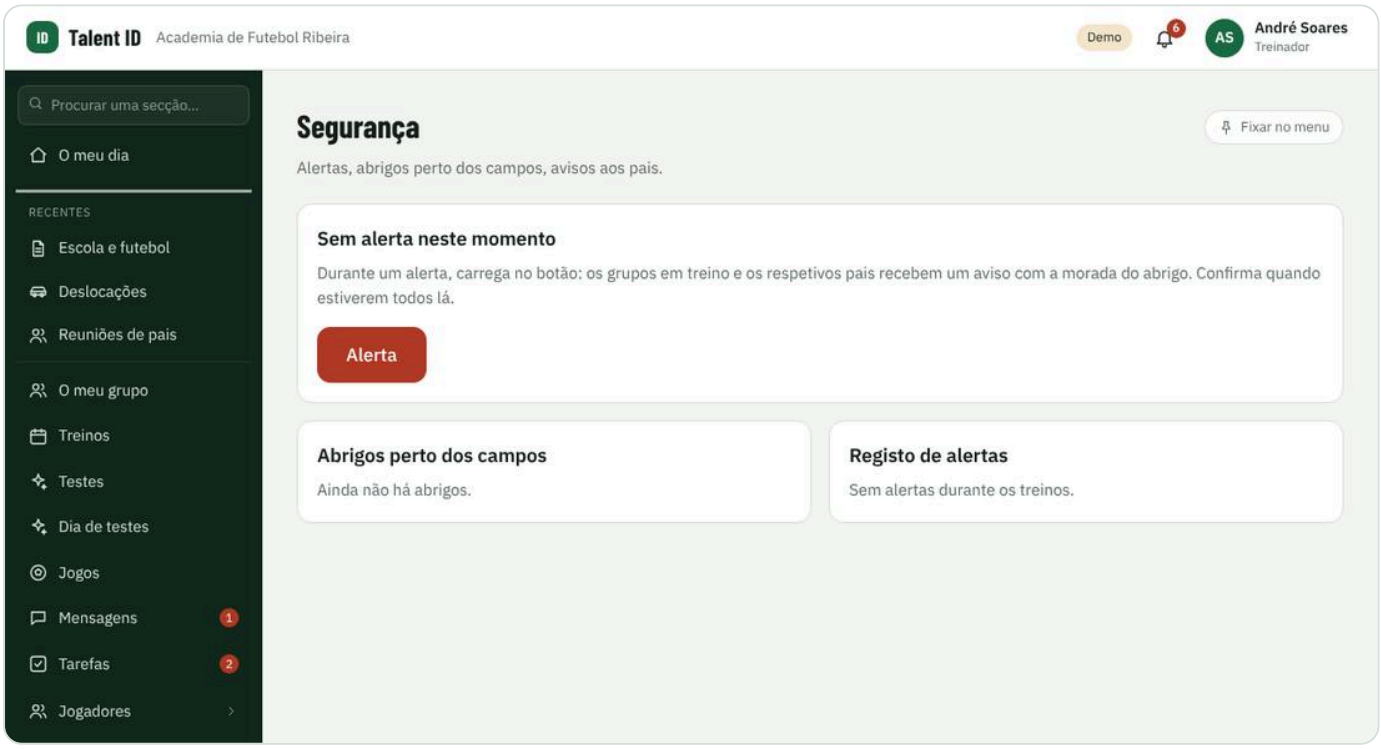
Testes e exames nas escolas dos jogadores e conflitos com os jogos; carta pronta para a escola para justificar a falta por competição.



Escola e futebol

5.4. Segurança

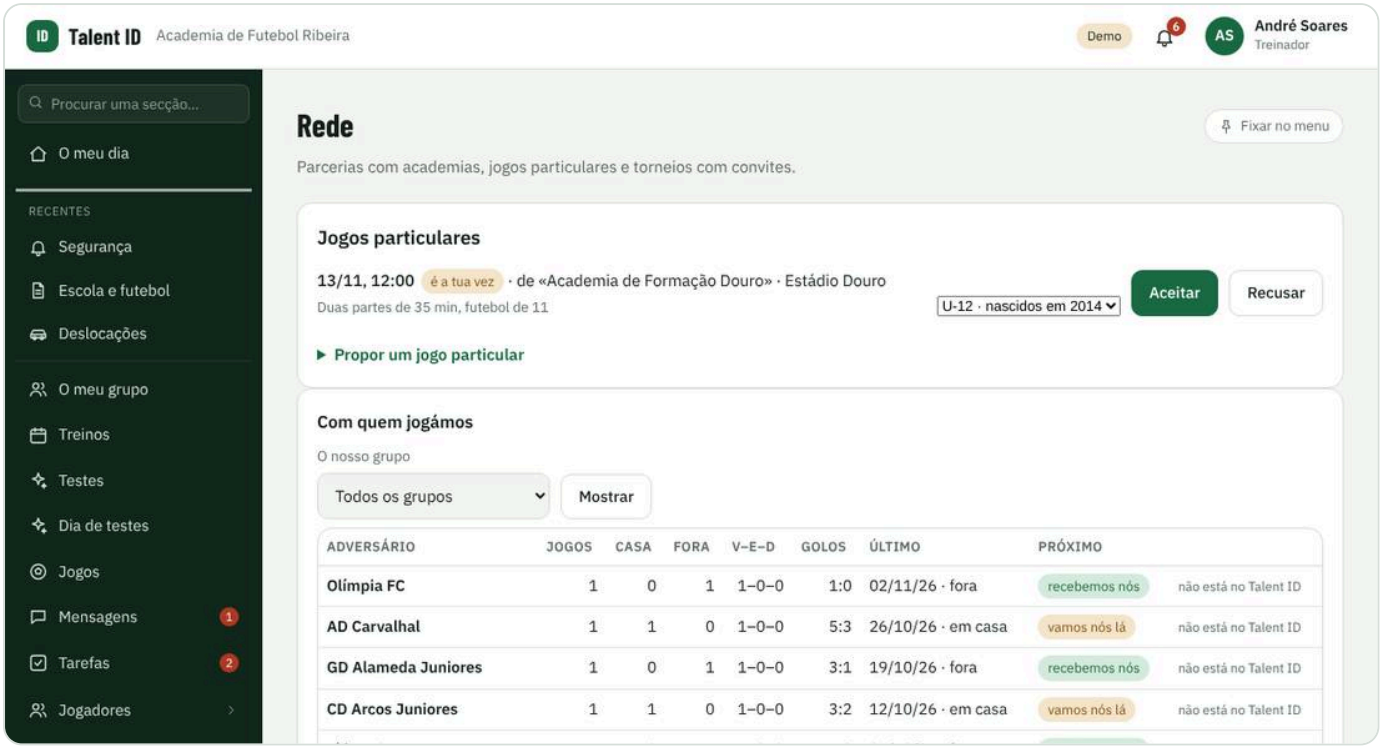
Em caso de emergência, carrega em «Alerta» nesta secção: o serviço mostra o abrigo mais próximo do campo e os pais recebem um aviso.



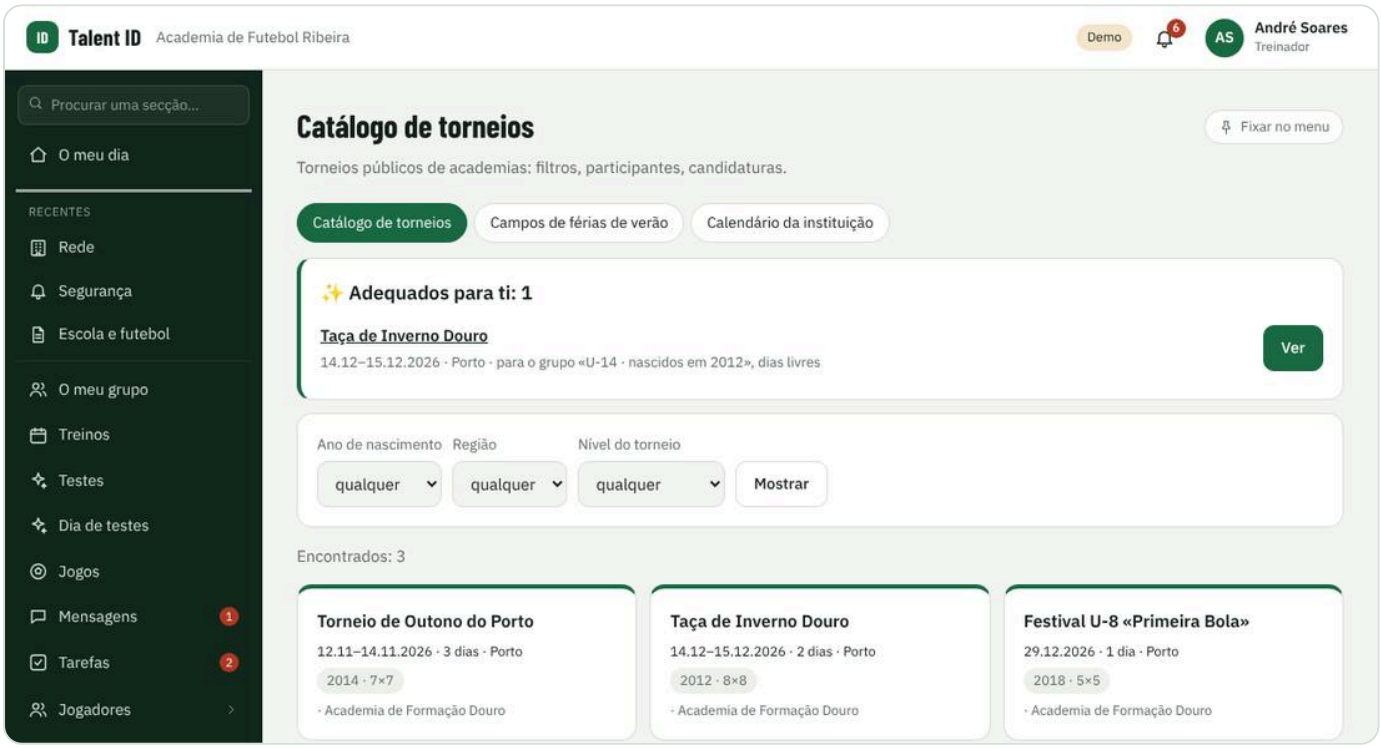
Segurança

5.5. Rede e torneios

- **Rede**: jogos particulares e torneios com academias parceiras; propõe um jogo ou responde aos convites.
- **Catálogo de torneios**: catálogo e inscrições do teu grupo.



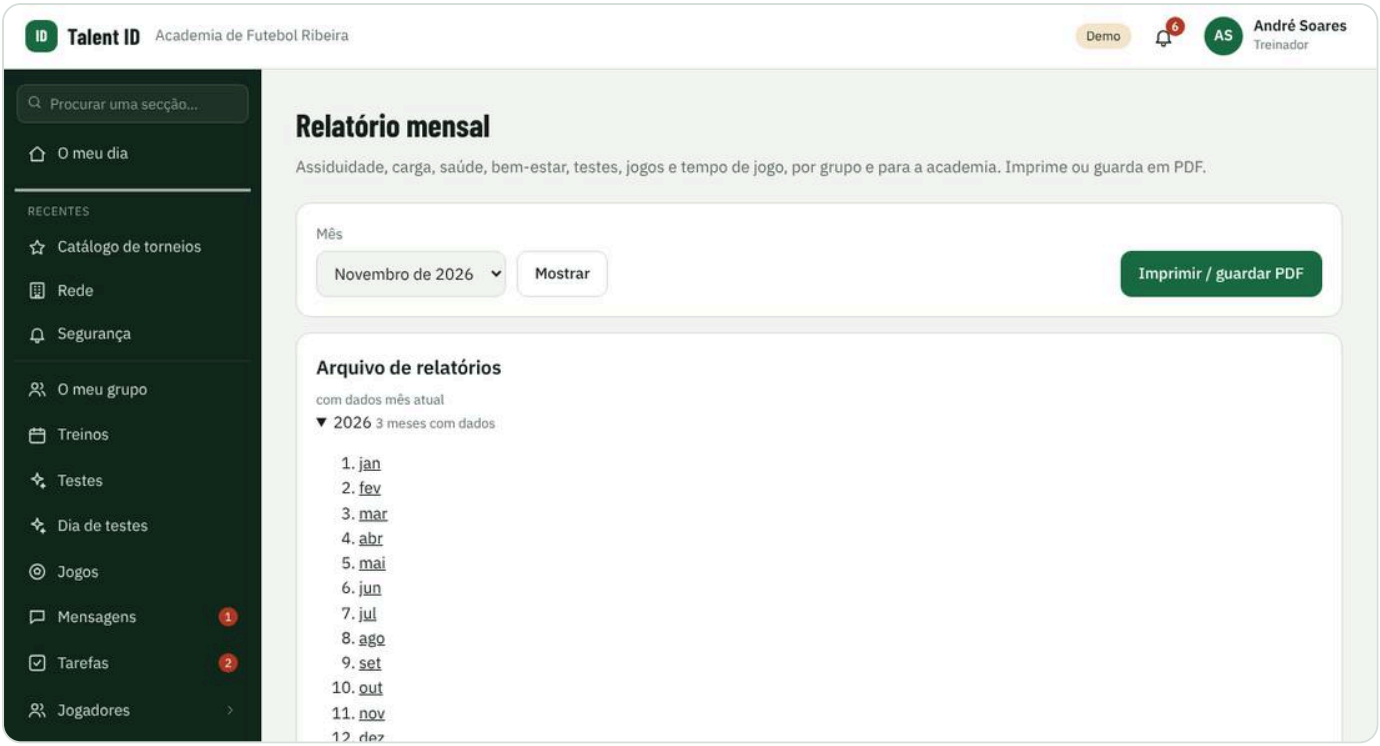
Rede



Catálogo de torneios

5.6. Relatório mensal

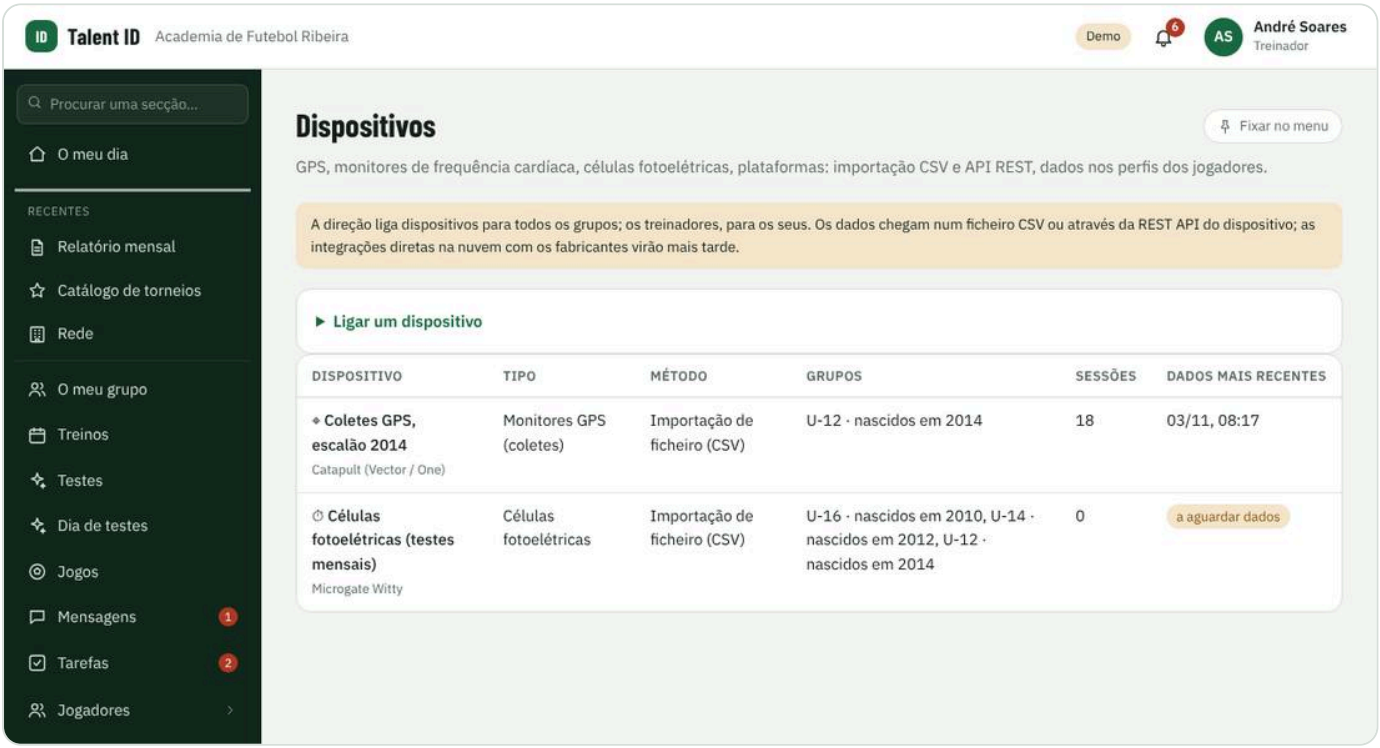
Assiduidade, carga, saúde, testes, jogos e minutos jogados do teu grupo no mês: o mesmo relatório que a direção vê. É gerado automaticamente a partir dos teus registos.



Relatório mensal

5.7. Dispositivos

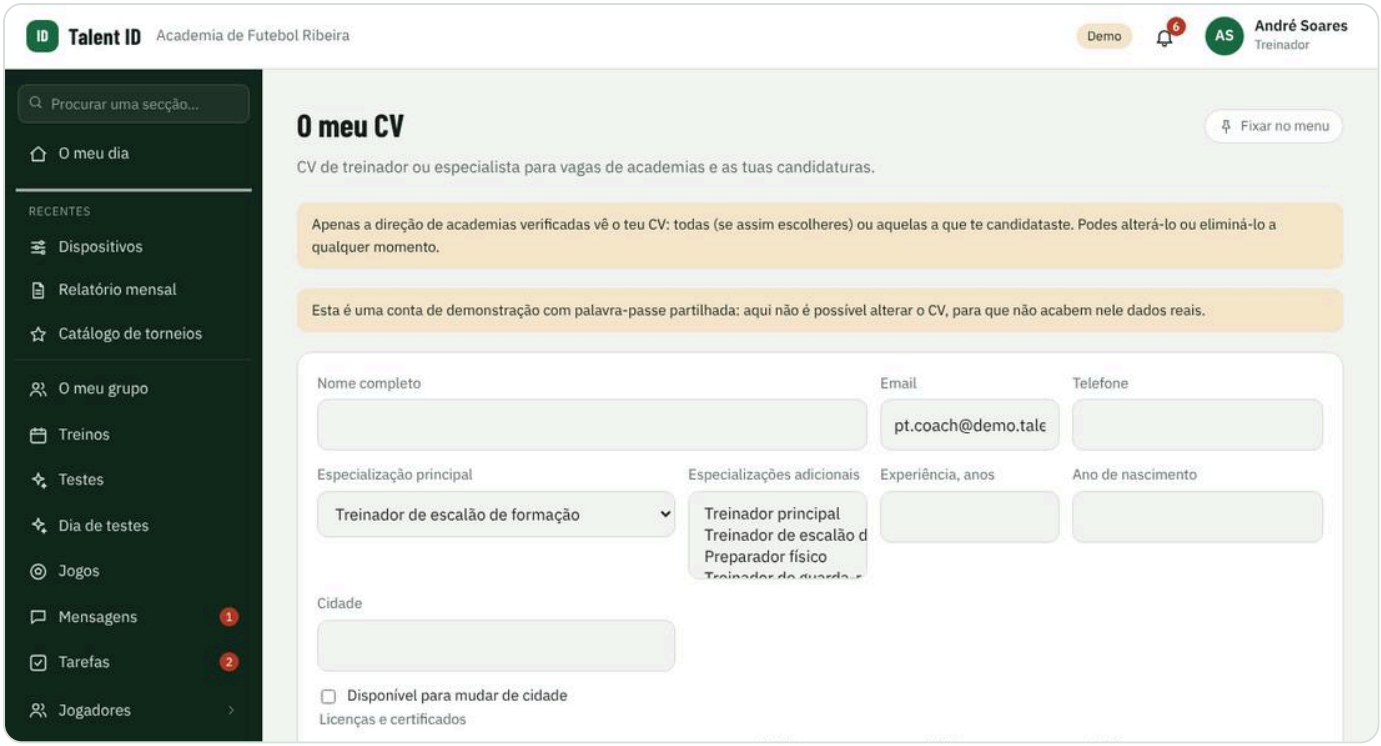
Os dados de GPS, cardiofrequencímetros e células fotoelétricas são carregados com um ficheiro CSV ou por API e chegam aos perfis dos jogadores.



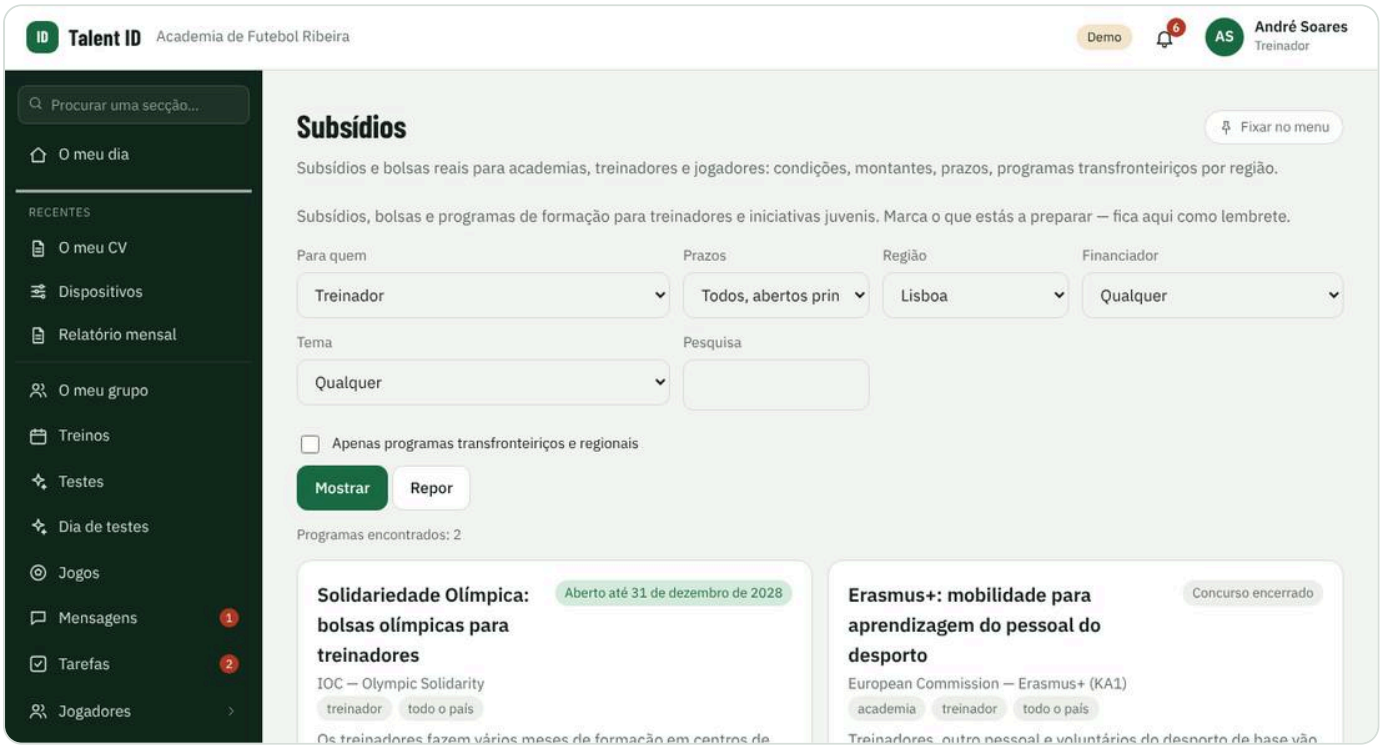
Dispositivos

5.8. O meu CV e subsídios

- **O meu CV**: o teu perfil profissional de treinador para as vagas das academias e as tuas candidaturas.
- **Subsídios**: subsídios e bolsas reais, incluindo para a formação de treinadores no estrangeiro.



O meu CV



Subsídios