

Programa Nacional de
FORMAÇÃO
de Treinadores

DOC.2

Perfis Profissionais de Treinador

Grau I; Grau II; Grau III; Grau IV



Índice

Perfil Profissional - GRAU I	2
Perfil Profissional - GRAU II	7
Perfil Profissional - GRAU III	12
Perfil Profissional - GRAU IV	17



Perfil Profissional - GRAU I

O Grau I corresponde à base hierárquica de qualificação profissional do treinador desportivo. No âmbito das suas atribuições profissionais, compete ao Treinador de Grau I a orientação, sob supervisão, de praticantes situados nas etapas elementares da formação desportiva, ou a coadjuvação de outros treinadores nas restantes etapas da carreira desportiva do praticante, o que significa afirmar que o mesmo não possui autonomia para o exercício profissional. Tal não invalida a premência na responsabilização e comprometimento com a formação educativa e desportiva dos praticantes sob a sua orientação, a qual depende, em grande medida, da qualidade da sua intervenção pedagógica e técnica.

Apesar de se lhe reconhecer a possibilidade de coadjuvar o processo de treino e de competição liderado por outros treinadores noutras etapas da carreira do praticante, o espaço de intervenção por excelência do treinador de Grau I confina-se ao exercício profissional enquanto treinador, sob supervisão, no treino das etapas iniciais de formação, em contextos de prática adstritos ao desporto de Participação ou de rendimento¹. Neste nível de prática, particularmente no que respeita ao treino de crianças e jovens, assume importância crucial a valorização do desenvolvimento pessoal e social através da prática desportiva, quando esta é orientada por imperativos de educação e formação. Isso significa que os propósitos da prática desportiva não se esgotam no desenvolvimento de competências motoras, devendo situar-se no fomento de valores e atitudes, cruciais para o desenvolvimento da literacia desportiva e da filiação à prática desportiva para a vida. Deste modo, a sensibilidade para intervir e reflectir com sentido de responsabilidade sobre os problemas éticos, cívicos e sociais, releva-se como eixo estruturante da sua formação inicial.

No âmbito da influência que pode exercer sobre o desenvolvimento desportivo, pessoal e social de crianças e jovens, sobressai a importância da criação de ambientes positivos de aprendizagem os quais devem ser propulsores do desejo de auto-superação, da busca progressiva da autonomia, do comprometimento e da responsabilidade dos praticantes, na prossecução das tarefas de treino e de competição.

Deste modo, compete ao Treinador de Grau I o papel decisivo de educador no desporto, operacionalizado na promoção do desenvolvimento de competências de vida e no desenvolvimento moral e do carácter dos praticantes que lhe são confiados. A sua principal missão consiste no fomento do gosto e entusiasmo pela prática desportiva, enquanto actividade significativa de um estilo de vida activo, entendendo o desporto como um projecto de elevado alcance formativo.

¹ Entende-se por desporto de participação toda a prática desportiva organizada que se desenvolve em múltiplos contextos de prática (escolas desportivas, núcleos desportivos, clubes, autarquias, etc.), sem quadros competitivos ou com quadros competitivos pouco formais ou mesmo informais. Entende-se por desporto de rendimento toda a prática desportiva organizada que se desenvolve em clubes, associações (selecções regionais) ou federações desportivas (selecções nacionais) com quadros competitivos formais.



Do mesmo modo, a sua intervenção técnica, tem de se balizar por referenciais de qualidade, porquanto é nas etapas da formação inicial que a dotação motora geral e os contornos elementares da dotação motora específica são adquiridas. Tal exige uma formação específica capaz de responder às exigências particulares da modalidade e, simultaneamente, abrangente no que se referencia à exploração das possibilidades educativas do desporto na formação de crianças e jovens.

No âmbito da formação conducente à obtenção do título de Treinador de Grau I atribui-se paridade no volume da carga horária para as unidades curriculares de formação geral e específica da modalidade desportiva, num total de 80 horas, assumindo o estágio profissionalizante tutorado 552 horas distribuídas ao longo de uma época desportiva, o que perfaz o total de 632 horas de formação. O peso absoluto e relativo do estágio profissionalizante decorre do entendimento da aprendizagem experiencial enquanto factor mediador incontornável da aquisição das competências profissionais do treinador desportivo.

Salienta-se que o espaço de intervenção concedido ao treinador de Grau I, aquando do estágio profissionalizante, se confina ao exercício das funções de treinador sustentado pela supervisão e aconselhamento de um Tutor. Destinam-se-lhe tarefas de colaboração activa e cooperante no âmbito dos processos de planeamento, implementação, condução e avaliação do treino e da competição.

OBJECTIVO GLOBAL DA ACTIVIDADE

Conduzir directamente as actividades técnicas elementares associadas às fases iniciais da actividade ou carreira dos praticantes ou a níveis elementares de participação competitiva, sob coordenação de profissionais com Cédula de Treinador Desportivo (CTD) de Grau superior e/ou coadjuvar a condução do treino e orientação competitiva de praticantes nas etapas subsequentes de formação desportiva.

ACTIVIDADES

1. Organiza a sessão de treino.
2. Dirige a sessão de treino.
3. Avalia a sessão de treino.
4. Organiza competições não formais.
5. Organiza a participação dos praticantes em competição.
6. Orienta os praticantes em competição.
7. Avalia os praticantes em competição.



8. Participa no planeamento da actividade de treino.
9. Participa no planeamento da actividade de competição.
10. Participa na actividade de recrutamento de praticantes da modalidade.
11. Administra os primeiros socorros em caso de necessidade.
12. Regista a actividade de treino e de competição relacionada com os praticantes.

COMPETÊNCIAS

SABERES (Conhecimento)

O Treinador de Grau I tem conhecimentos/conhece:

1. sobre o papel do desporto na formação pessoal, social e desportiva dos praticantes.
2. a relevância e os mecanismos da fidelização à prática desportiva a longo prazo.
3. acerca da modalidade desportiva adequados ao nível de intervenção.
4. precursores da criação de ambientes positivos de aprendizagem.
5. os métodos instrucionais em treino desportivo.
6. a estrutura da sessão de treino.
7. elementares sobre os procedimentos de organização, gestão e avaliação do treino.
8. as etapas de desenvolvimento cognitivo, psicológico e motor, e as suas implicações para a prática do treino.
9. elementares acerca das etapas de formação desportiva a longo prazo.
10. básicos para a avaliação da execução das habilidades desportivas elementares.
11. os fundamentos de uma educação para a saúde.
12. elementares sobre primeiros socorros e suporte básico de vida.
13. a estrutura da carreira de treinador desportivo e as respectivas exigências.

SABERES-FAZER

O treinador de Grau I é capaz de:

1. utilizar técnicas e estratégias de comunicação em função das necessidades contextuais.
2. organizar os praticantes, o equipamento e as infra-estruturas na sessão de treino, assegurando as necessárias condições de segurança.
3. dirigir os praticantes na sessão de treino, assegurando o exercício das competências de ensino fundamentais (explicação, demonstração, observação e correcção).
4. avaliar o treino dos praticantes, analisando as atitudes, os comportamentos e os resultados alcançados.



5. organizar competições não formais, criando condições de equidade de participação e valorizando o gosto pela modalidade e pelo espírito desportivo.
6. organizar e orientar os praticantes na preparação e na realização da competição, assegurando as condições de segurança e a salvaguarda dos mais elevados valores éticos da prática desportiva.
7. avaliar os praticantes e a equipa em competição, analisando as atitudes, os comportamentos e os resultados alcançados.
8. participar na concepção do planeamento da actividade de treino e de competição.
9. participar no recrutamento de praticantes para a prática da modalidade desportiva.
10. promover o registo de toda a informação da unidade de treino e da competição pertinente para a monitorização da actividade desportiva do praticante.
11. aplicar técnicas elementares de primeiros socorros e de suporte básico de vida e de identificar os estados traumáticos que justificam o recurso a agentes especializados.

SABERES-SER

O Treinador de Grau I:

1. valoriza o recurso a formas de comunicação compreensíveis e acessíveis a todos os praticantes.
2. valoriza o espírito desportivo em todos os ambientes e circunstâncias de prática desportiva.
3. promove e dinamiza o sentido de responsabilidade e de autonomia dos praticantes.
4. valoriza e encoraja atitudes e comportamentos proactivos dos praticantes.
5. adopta boas práticas profissionais, eticamente fundadas, no exercício da actividade.
6. assume atitudes e comportamentos que dignificam a figura do praticante desportivo.
7. valoriza a participação efectiva de quem assume responsabilidade parental no apoio e acompanhamento da actividade desportiva dos praticantes.
8. encoraja, nos praticantes, a fidelização à prática desportiva e o desenvolvimento de hábitos de vida saudáveis.

CONDIÇÕES DE ACESSO

1. Idade mínima de 18 anos.
2. Escolaridade obrigatória (Em função ano de nascimento do candidato)
3. Cumprimento de pré-requisitos específicas da modalidade/disciplina/estilo, quando exigido pela respectiva Federação.



SAÍDAS PROFISSIONAIS

- Treinador das etapas elementares de formação desportiva sob supervisão.
- Treinador adjunto de treinadores com qualificação igual ou superior em todas as etapas de formação desportiva.

CONDIÇÕES GERAIS DE EXERCÍCIO

Possuir a CTD de Grau I.

CONTEÚDOS FUNDAMENTAIS

1. Pedagogia do desporto.
2. Psicologia do desporto.
3. Aprendizagem e desenvolvimento motor.
4. Funcionamento do corpo humano, nutrição e primeiros socorros.
5. Didáctica do desporto.
6. Observação e análise das habilidades desportivas.
7. Teoria e metodologia do treino desportivo.
8. Luta contra a dopagem.
9. Desporto adaptado.
10. Conteúdos específicos da modalidade.
11. Estágio profissionalizante.



Perfil Profissional - GRAU II

O Grau II corresponde ao primeiro nível de formação em que é concedido ao treinador desportivo a possibilidade de treinar autonomamente praticantes em todas as etapas da carreira desportiva. Todavia, é o Grau III que especialmente confere qualificações para o treino de mais alto nível de rendimento desportivo da modalidade².

O Grau II é, portanto, um patamar decisivo para a consolidação dos alicerces de filiação e comprometimento com a sua actividade profissional, exigindo a aquisição das competências profissionais mínimas reivindicadas para o exercício profissional autónomo e simultaneamente tendentes à optimização nos níveis subsequentes de formação, isto é: Grau III e Grau IV. A qualificação adquirida neste nível de formação representa um momento determinante da sua carreira, correspondendo à consolidação de uma vontade e à clara definição de uma opção pelo exercício da função. Perspectiva-se que os eventuais factores ocasionais e ou transitórios que inicialmente o incitaram a abraçar a carreira de Treinador, sejam transformados neste nível de formação numa convicção intrínseca e autêntica para o exercício pleno da actividade de treinador desportivo.

Entre as competências necessárias ao exercício da função do treinador de Grau II, salientam-se as de planear, organizar, implementar e avaliar autonomamente a actividade dos praticantes no contexto de treino e de competição, tanto na perspectiva “micro”, situada na sessão de treino ou de unidade de competição, como na perspectiva “macro”, ao nível do planeamento anual. Ademais, por ser responsável directo pela formação desportiva, especialmente de crianças e jovens, terá de conhecer profundamente, para o exercício autónomo da sua actividade, as determinantes de desenvolvimento desportivo de longo prazo, ao nível pessoal, social e desportivo.

Complementarmente, considera-se importante a sua participação na implementação de planos e ordenamentos estratégicos definidos por profissionais com Grau superior, bem como a assumpção de tarefas de coordenação e supervisão de equipas técnicas de profissionais de Grau inferior (Grau I) ou idêntico, no caso de não existirem treinadores de Grau III ou IV na estrutura organizacional da entidade desportiva onde actua.

²Embora, no quadro da lei, o treinador de Grau II possa assumir funções de treinador autónomo no treino de alto rendimento, as Federações desportivas devem: (i) promover a formação de treinadores de grau superior, uma vez que são estes os especialmente vocacionados para este nível de intervenção profissional e (ii) valorizar, no âmbito das atribuições definidas no artigo 12º do DL 248-a/2008, de 31 de Dezembro, as diferenças existentes nos perfis de formação de Grau II e Grau III, especialmente no que respeita ao treino de alto rendimento desportivo.



À semelhança do Treinador de Grau I, o Treinador de Grau II terá duas agendas na formação certificadora de nível, uma formatada em unidades curriculares e uma outra que integra o estágio profissionalizante. a distribuição da carga horária obedece, do mesmo modo, ao primado da equidade entre formação geral e específica da modalidade, num total de 120 horas, enquanto que o estágio profissionalizante ocupa 828 horas, distribuídas ao longo de uma época desportiva, assumindo a formação para este Grau um total de 948 horas.

Neste âmbito é requerido a atribuição ao Treinador em formação de tarefas de colaboração activa e participante no âmbito do processo de planeamento, implementação, condução e avaliação do treino e da competição. O estágio profissionalizante deverá, obrigatoriamente, ser acompanhado por um Tutor.

OBJECTIVO GLOBAL DA ACTIVIDADE

Treinar autonomamente, ou coadjuvando titulares de grau igual ou superior, praticantes em todas as etapas de formação desportiva; implementar planos e ordenamentos estratégicos definidos por profissionais com CTD superior; coordenar e supervisionar equipas técnicas de profissionais de CTD de Grau I ou II.

ACTIVIDADES

1. Elabora o plano anual de Treino.
2. Elabora as subestruturas do plano anual.
3. Elabora o plano anual de competição.
4. Planeia a sessão de treino e a participação competitiva.
5. Organiza, dirige e avalia a sessão de treino.
6. Realiza programas elementares de avaliação e controlo do treino e da capacidade de rendimento desportivo do praticante e da equipa.
7. Organiza, orienta e avalia a participação dos praticantes em competição.
8. Participa na análise e avaliação de adversários e demais participantes.
9. Participa no planeamento plurianual da actividade de treino.
10. Participa na gestão da equipa técnica.
11. Participa na identificação de talentos e na construção da carreira desportiva dos praticantes.
12. Elabora e mantém actualizado o *Dossier de Treino*.
13. Participa na formação em exercício de treinadores de Grau I.



COMPETÊNCIAS

SABERES (Conhecimento)

O Treinador de Grau II tem conhecimentos/ conhece:

1. sobre ética desportiva e deontologia profissional do treinador.
2. da modalidade desportiva adequado ao nível de intervenção.
3. acerca das determinantes do processo de desenvolvimento desportivo do praticante a longo prazo.
4. acerca dos diferentes estilos de ensino.
5. acerca da formulação de objectivos de preparação e de competição.
6. os diferentes modelos de planeamento anual do treino e as suas diferentes componentes.
7. sobre nutrição aplicáveis à optimização do processo de treino e de competição.
8. sobre os procedimentos de organização, gestão e avaliação do treino.
9. acerca do processo de avaliação e controlo do treino e da capacidade de rendimento desportivo.
10. sobre os procedimentos de organização e avaliação do desempenho da equipa técnica.
11. elementares acerca do processo de formação de treinadores.
12. que lhe permitem identificar talentos desportivos da modalidade e encaminhá-los convenientemente tendo em vista o processo de formação desportiva a longo prazo.
13. que lhe permitem participar na análise e avaliação dos adversários e demais participantes na sua modalidade desportiva.

SABERES-FAZER

O Treinador de Grau II é capaz de:

1. utilizar técnicas e estratégias de comunicação adequadas às circunstâncias.
2. dirigir os praticantes na sessão de treino, assegurando o exercício das competências de ensino fundamentais (explicação, demonstração, observação e correcção).
3. avaliar o treino dos praticantes, analisando as atitudes, os comportamentos, e os resultados alcançados.
4. organizar competições não formais, criando condições de equidade de participação e valorizando o gosto pela modalidade, o espírito desportivo.
5. organizar e orientar os praticantes na preparação e na participação na competição, assegurando as condições de segurança e a salvaguarda dos mais elevados valores éticos da prática desportiva.
6. avaliar os praticantes e da equipa em competição, analisando as atitudes, os comportamentos, e os resultados alcançados.
7. participar na concepção do planeamento da actividade de treino e de competição.
8. participar no recrutamento de praticantes para a prática da modalidade desportiva.



9. promover o registo de toda a informação da unidade de treino e da competição pertinente para a monitorização da carreira desportiva do praticante.
10. aplicar técnicas elementares de primeiros socorros e de suporte básico de vida e de identificar os estados traumáticos que justificam o recurso a agentes especializados.
11. participar na construção da carreira desportiva dos praticantes, zelando pelo respectivo desenvolvimento a longo prazo e promovendo o registo da informação pertinente para a monitorização da carreira desportiva do praticante.

SABERES-SER

O Treinador de Grau II:

1. valoriza estilos de comunicação adaptáveis às circunstâncias.
2. promove o comprometimento individual do praticante perante a equipa e o clube, bem como a fidelização à modalidade e à prática desportiva.
3. desenvolve, nos praticantes, atitudes e comportamentos deliberados consentâneos com as exigências da prática desportiva a longo prazo.
4. promove o espírito desportivo.
5. promove o relacionamento interpessoal na prática desportiva, com vista ao desenvolvimento de um bom nível de colaboração, especialmente no que se refere ao suporte parental.
6. adapta-se a diferentes culturas e contextos sociais desportivos.
7. promove comportamentos e atitudes dignificantes do praticante desportivo.
8. promove atitudes e comportamentos consentâneos com a função social que desempenha
9. promove, nos praticantes, a adopção duradoura de um estilo de vida saudável, consentâneo com a condição de desportista.

CONDIÇÕES DE ACESSO

1. Idade mínima de 18 anos.
2. Possuir o 12º ano de escolaridade.
3. Ser possuidor de CTD de Grau I. (exceptuam-se os candidatos que cumprindo
4. Possuir pelo menos um ano de exercício efectivo da função de Treinador de Grau I.
5. Ter concretizado o Plano Anual de Formação Contínua (aplicado aos Treinadores de Grau I), nos termos da lei.

Nota: Exceptua-se o cumprimento das condições 3, 4 e 5 para candidatos que obtenham a CTD por via da Experiência Profissional, Equivalência a Habilitação Académica e Títulos Obtidos no Estrangeiro, na observância do definido pelo Despacho nº 5061/2010 de 22 de Março.



SAÍDAS PROFISSIONAIS

- Treinador de todas as etapas da carreira desportiva.
- Coordenador da actividade de Treinadores do mesmo grau ou inferior.
- Treinador adjunto de treinadores com qualificação igual ou superior em todas as etapas de formação desportiva, incluindo o mais alto nível da modalidade.

CONDIÇÕES GERAIS DE EXERCÍCIO

Possuir a CTD de Grau II.

CONTEÚDOS FUNDAMENTAIS

- 1.** Ética e deontologia profissional do Treinador.
- 2.** Pedagogia do desporto.
- 3.** Teoria e metodologia do treino desportivo.
- 4.** Psicologia do desporto.
- 5.** Fisiologia do exercício.
- 6.** Nutrição, treino e competição.
- 7.** Biomecânica do desporto.
- 12.** Traumatologia do desporto.
- 13.** Luta contra a dopagem.
- 14.** Desporto adaptado.
- 15.** Conteúdos específicos da modalidade.
- 16.** Estágio profissionalizante.



Perfil Profissional - GRAU III

Compete ao Treinador de Grau III planear o exercício e avaliar o desempenho de um colectivo de profissionais com qualificação igual ou inferior, coordenando, supervisionando, integrando e harmonizando as diferentes tarefas associadas ao treino e à participação competitiva, especialmente de praticantes de alto nível de rendimento.

Neste âmbito, requer-se para este nível de formação o domínio de um conjunto de competências profissionais simultaneamente ecléticas, em referência à pluralidade de domínios onde intervêm, e específica, tendo por referência o nível de prática onde preferencialmente actua: o alto rendimento desportivo. a elevada exposição pública a que está sujeito, as prerrogativas de rendimento que lhe são impostas no âmbito dos quadros competitivos onde participa, a necessidade de ser capaz de liderar, catalisar a dinâmica de grupo e otimizar climas de participação plural nas equipas técnicas que coordena, são exigências que requerem do treinador de Grau III uma formação fundada em bases sólidas, tanto no domínio específico da modalidade como no conhecimento plural e sistemático oriundo das ciências do desporto. O ambiente onde frequentemente actua, por assumir contornos instáveis e adversos, exige ao treinador a capacidade de tomar decisões dinâmicas, as quais reivindicam planos estratégicos de intervenção, suportados numa actividade intensiva de reflexão, decisão e operacionalização. Tal significa que o treinador detentor do Grau III para exercer cabalmente as suas funções terá de desenvolver uma postura profissional centrada na qualificação dos processos, no rigor e na constante avaliação das estratégias de desenvolvimento desportivo encetadas em sede de treino e de competição. Por ser líder de equipas técnicas plurais e ser, frequentemente, o responsável maior pela qualificação e salvaguarda dos processos de desenvolvimento de carreira dos praticantes tendentes à excelência desportiva, o treinador de Grau III terá de possuir uma perspectiva de treino pluridisciplinar, fundada em conhecimentos científicos e metodológicos robustos; a estas exigências alia-se a necessidade de possuir uma formação sólida em matéria relacional e deontológica, propulsora de “boas práticas profissionais”, em particular face a pressões e imperativos de rendimento eticamente questionáveis. Através da adopção de posturas profissionais reflexivas e críticas, conducentes ao desenvolvimento de processos de auto-formação e de inovação, o treinador de Grau III activa as competências metacognitivas, tomando consciência das elevadas exigências profissionais a que está sujeito para, a partir daí, ser capaz de encetar processos de optimização da sua intervenção, propedêuticos do alcance da excelência profissional.

Reiterando o agendado em matéria de formação conferidora de grau nos estádios anteriores (I e II), o Treinador de Grau III será sujeito a duas agendas, uma formatada em unidades curriculares e uma outra que integra o estágio profissionalizante. A distribuição da carga horária obedece ao primado da equidade entre formação geral e específica da modalidade num total de 180 horas, enquanto o estágio profissionalizante ocupa 1104 horas distribuídas ao longo de uma época desportiva, perfazendo o total de 1284 horas.



Ao nível do estágio profissionalizante preconiza-se que o Treinador de Grau III exerça as funções de treinador no mais alto nível de rendimento da modalidade, coadjuvando um treinador detentor de Grau III ou Grau IV, ou como treinador principal. No âmbito das funções de coadjuvação, quando for esse o caso, devem ser atribuídas ao treinador em formação tarefas de participação activa e colaborante nos processos de planeamento, implementação condução e orientação do treino e da competição. À semelhança do projectado para os níveis de formação anteriores, Grau I e Grau II, a actividade do treinador em formação durante o estágio profissionalizante terá de ser obrigatoriamente supervisionada por um Tutor.

OBJECTIVO GLOBAL DA ACTIVIDADE

Planear o exercício e avaliar o desempenho de um colectivo de profissionais com CTD de Grau I, II ou III, coordenando, supervisionando, integrando e harmonizando as diferentes tarefas associadas ao treino e à participação competitiva, especialmente de praticantes de alto nível.

ACTIVIDADES

1. Elabora e monitoriza a implementação de Planos de carreira desportiva.
2. Elabora e implementa Planos Plurianuais de treino.
3. Elabora e implementa planos de participação em competição para os diferentes níveis de prática.
4. Elabora e implementa programas avançados de avaliação e controlo do treino e da capacidade de rendimento desportivo do praticante e da equipa.
5. Coordena equipas técnicas pluridisciplinares.
6. Participa na formação em exercício de treinadores de Grau I e II.
7. Identifica talentos para a prática da modalidade.
8. Analisa e avalia os adversários e demais participantes.
9. Concebe, elabora e coordena a actualização dos *Dossiers de Treino*.



COMPETÊNCIAS

SABERES (Conhecimento)

O Treinador de Grau III tem conhecimentos/conhece:

1. pluridisciplinares conducentes à optimização da sua intervenção profissional.
2. aprofundados da modalidade desportiva adequados a todos os níveis de intervenção.
3. acerca dos factores determinantes do rendimento desportivo de alto nível e dos respectivos processos de potenciação.
4. das ciências do desporto e das inovações tecnológicas associadas à optimização do processo de treino desportivo.
5. de diferentes modelos de planeamento plurianual do treino e das suas componentes.
6. os diferentes modelos de participação competitiva adequados aos diferentes níveis de prática.
7. acerca dos métodos e meios avançados de avaliação e controlo do treino e da capacidade de rendimento desportivo do praticante e da equipa.
8. pluridisciplinares que lhe permitem gerir equipas técnicas que integram especialistas de diferentes domínios.
9. acerca do processo e das determinantes da formação de treinadores
10. o processo de prospecção e desenvolvimento, a longo prazo, de talentos desportivos da modalidade.
11. que lhe permitem analisar e avaliar de forma sistemática os adversários e demais participantes na sua modalidade desportiva.

SABERES-FAZER

O Treinador de Grau III é capaz de:

1. antecipar e de implementar estratégias de intervenção em contextos de prática diversos e exigentes.
2. conceber e implementar o treino de alto nível, seleccionando e treinando as componentes essenciais à optimização do desempenho desportivo.
3. de participar na integração, no processo de treino, de contributos científicos e tecnológicos de vanguarda e de contribuir para a estimulação da actividade de investigação científica aplicada ao treino.
4. conceber e coordenar a implementação de planos de carreira desportiva com vista à optimização da capacidade de rendimento dos praticantes.
5. conceber e estruturar as componentes dos planos plurianuais e coordenar a respectiva implementação.
6. seleccionar e processar a informação relevante para a monitorização da carreira desportiva do praticante.
7. conceber e implementar planos de participação em competição em estreita articulação com os diferentes níveis de prática, tendentes à optimização do rendimento desportivo a longo prazo.



8. elaborar, implementar e coordenar programas avançados de avaliação e controlo do treino e da capacidade de rendimento desportivo do praticante e da equipa.
9. coordenar equipas técnicas e de participar na vivência pluridisciplinar e no estabelecimento de sinergias entre as distintas competências do grupo.
10. participar na formação em exercício de treinadores de Grau I e II.
11. identificar talentos para a prática da modalidade, tendo em vista a excelência desportiva a longo prazo.
12. analisar e avaliar os adversários e demais participantes.

SABERES-SER

O Treinador de Grau III:

1. valoriza a tomada de decisões dinâmicas em contextos adversos e instáveis.
2. possui uma perspectiva pluridisciplinar do treino desportivo.
3. favorece e catalisa a dinâmica de grupo e o clima de participação plural no processo de treino.
4. valoriza a optimização das condições, meios e processos de treino adaptados a diferentes níveis de prática.
5. valoriza a inovação e o empreendedorismo em sede de treino desportivo.
6. promove a integração e o desenvolvimento do conhecimento científico aplicado ao treino.
7. assume uma perspectiva integrada e dinâmica do desenvolvimento da carreira desportiva do praticante.
8. incentiva a promoção de saberes e competências dos intervenientes no fenómeno desportivo na sua esfera de intervenção profissional.
9. valoriza a prospecção de talentos desportivos e a salvaguarda da promoção das respectivas carreiras a longo prazo.
10. valoriza uma postura profissional centrada na notação, na qualificação de processos e no rigor.

CONDIÇÕES DE ACESSO

1. Idade mínima de 18 anos.
2. Possuir o 12º ano de escolaridade.
3. Ser possuidor de CTD de Grau II.
4. Possuir pelo menos dois anos de exercício efectivo da função de Treinador de Grau II.
5. Ter concretizado o Plano Anual de Formação Contínua (aplicado aos Treinadores de Grau II) nos termos da lei.

Nota: Exceptua-se o cumprimento das condições 3, 4 e 5 para candidatos que obtenham a CTD por via da Experiência Profissional, Equivalência a Habilitação Académica e Títulos Obtidos no Estrangeiro, na observância do definido pelo Despacho nº 5061/2010 de 22 de Março.



SAÍDAS PROFISSIONAIS

- Treinador de praticantes do mais alto nível da modalidade, ou de qualquer outro nível de prática e em qualquer etapa de formação.
- Coordenador da actividade de Treinadores do mesmo grau ou inferior.
- Treinador adjunto de treinadores com qualificação igual ou superior.

CONDIÇÕES GERAIS DE EXERCÍCIO

Possuir a CTD de Grau III.

CONTEÚDOS FUNDAMENTAIS

1. Teoria e metodologia do treino desportivo.
2. Pedagogia do desporto.
3. Psicologia do desporto.
4. Fisiologia do treino.
5. Biomecânica do desporto.
6. Gestão do desporto.
7. Pluridisciplinaridade e treino desportivo (seminário).
8. Optativas (língua estrangeira, Tecnologias da informação e comunicação aplicada ao desporto – Tics -, marketing desportivo, direito do desporto).
9. Luta contra a dopagem.
10. Conteúdos específicos da modalidade.
11. Estágio profissionalizante.



Perfil Profissional - GRAU IV

A formação de Grau IV consubstancia o topo da hierarquia profissional da actividade de treinador desportivo. O Treinador detentor deste grau assumirá as funções de coordenar, dirigir, planear e avaliar toda a actividade técnica em sede de treino e competição desportiva à semelhança do Treinador de Grau III; acrescentam-se para os detentores de Grau IV as funções mais destacadas no domínio da inovação e empreendedorismo, direcção de equipas técnicas pluridisciplinares, direcções técnicas regionais e nacionais, coordenação técnica de selecções regionais e nacionais e coordenação de acções de formação em exercício de treinadores.

Face às exigências profissionais específicas para este nível de formação, o Treinador de Grau IV terá de possuir uma formação pronunciadamente eclética no domínio dos saberes, os quais terão de ultrapassar em larga escala o conhecimento específico da modalidade, situando-se ao nível das políticas de desenvolvimento desportivo, da gestão de recursos humanos, da liderança de grupos plurais, da concepção e implementação de projectos de desenvolvimento desportivo, tanto na perspectiva do desporto de rendimento como do desporto de Participação. Para almejar tais intentos é crucial a adopção de posturas sócio-críticas face às políticas de desenvolvimento desportivo vigentes, sendo capaz de valorizar o desporto enquanto instrumento do desenvolvimento humano. A liderança assumida na concepção e implementação de projectos de desenvolvimento desportivo em contextos e níveis de prática diferenciados, reivindica ao Treinador de Grau IV a capacidade de ser crítico, de agir estrategicamente, de ser capaz de estabelecer sinergias a partir da optimização de recursos, de valorizar a autonomia, o compromisso e a responsabilidade partilhada de todos os intervenientes.

Do mesmo modo, a sua visão sobre o mundo e o desporto terá de ser abrangente, ética e deontologicamente fundada, sendo capaz de influenciar a adopção de “boas práticas” aos profissionais e atletas sob a sua responsabilidade, de gerar ambientes catalisadores do desenvolvimento do desporto, de valorizar a integração do conhecimento e o desenvolvimento tecnológico emergente da investigação científica e de experiências de sucesso internacionalmente reconhecidas.

Por estar no topo da hierarquia profissional, e sendo que a formação de treinadores é de vital importância para a qualificação da actividade de treinador, competem ao treinador de Grau IV as tarefas de inovação, concepção, promoção, regulação e avaliação dos processos formativos, tanto no âmbito da formação conferidora de grau como na formação contínua.

O programa de formação conferidora de grau do treinador de Grau IV reitera os procedimentos balizados para os níveis de formação anteriores, sendo composta por uma agenda de formação curricular e uma outra consubstanciada num estágio profissionalizante, embora se diferencia claramente em algumas vertentes. Neste



nível de formação, e sendo que se trata, por um lado, de um profissional com um leque de conhecimentos e competências substancialmente alargado e robusto e, por outro, pelas exigências plurais que lhe são reclamadas, a formação curricular integra Seminários, com tópicos de desenvolvimento criteriosamente seleccionados para esse fim. Por ser um treinador com elevada capacidade de autonomia, com proficiência no estabelecimento das necessidades prementes e na definição das experiências de aprendizagem que lhe importa abraçar, é atribuído neste grau de formação um número substancial de horas para o currículo auto-proposto. Este pode comportar delineamentos variados, que vão desde a obtenção de créditos provenientes da obtenção de rendimento em disciplinas adstritas a cursos de ensino superior, a simpósios internacionais de Treinadores, ou outras experiências de formação, mediante o reconhecimento e validação da entidade formadora.

Deste modo, a formação do treinador de Grau IV comporta um total de 1806 horas divididas por 270 horas na formação curricular e 1536 no estágio profissionalizante. da carga horária prevista para a formação curricular, 63 horas são destinadas a uma disciplina de carácter obrigatório (15h), 48 horas a seminários, sendo que entre os elencados é obrigatória a frequência de seis, 72 horas ao currículo auto-proposto e 135 horas aos conteúdos da modalidade.

Por seu turno, o estágio profissionalizante prevê a realização de uma experiência de formação no âmbito do acompanhamento do processo de preparação e de competição de selecções regionais e nacionais ou de estágios em federações ou associações, acompanhando o trabalho dos directores Técnicos Nacionais e regionais com o desempenho de tarefas supervisionadas por um Tutor. Prevê ainda a vivência de experiências diversificadas em contexto de excelência desportiva internacionalmente reconhecidos, que proporcionem a incorporação de novas práticas e conceitos no âmbito das competências exigidas para este nível de formação, susceptíveis de potenciar o nível de desenvolvimento da modalidade em Portugal.

Sendo que as prerrogativas de formação no âmbito do estágio para este nível de qualificação não prevêm o acompanhamento de uma equipa ou atleta durante uma época desportiva, o tempo destinado a esta variante da formação é flexível, desde que seja cumprido o número de horas mínimo exigido.

OBJECTIVO GLOBAL DA ACTIVIDADE

Coordenar, dirigir, planear e avaliar toda a actividade técnica em sede de treino e competição desportiva, cabem-lhe as funções mais destacadas no domínio da inovação e empreendedorismo, direcção de equipas técnicas pluridisciplinares, direcções técnicas regionais e nacionais, coordenação técnica de selecções regionais e nacionais e coordenação de acções de formação em exercício de treinadores.



ACTIVIDADES

1. Aconselha o desenvolvimento e a implementação de políticas desportivas.
2. Interpreta e integra estrategicamente políticas desportivas na macroestrutura em que se insere.
3. Concebe, coordena e participa em programas de formação desportiva na macroestrutura que lidera, nomeadamente ao nível do desenvolvimento dos Planos de carreira, Planos Plurianuais de treino e de Participação competitiva.
4. Desenvolve e coordena programas avançados de prospecção de talentos e de avaliação e controlo do treino e da capacidade de rendimento desportivo do praticante e da equipa.
5. Fomenta a vivência transdisciplinar da equipa técnica, favorecendo a integração de conhecimentos e competências para o desenvolvimento da estrutura em que se insere.
6. Coordena e participa em programas e equipas intervenientes na formação de treinadores de todos os graus de formação e participa no controlo da qualidade da mesma.
7. Promove a inovação, o empreendedorismo e a investigação no quadro de todas as funções que desempenha.

COMPETÊNCIAS

SABERES (Conhecimento)

O Treinador de Grau IV tem conhecimentos:

1. acerca da estrutura do sistema desportivo em que se insere e das políticas desportivas vigentes e perspectiváveis.
2. acerca da concepção, coordenação, implementação e avaliação de programas de formação desportiva em contextos diferenciados e plurais de prática.
3. acerca de concepção, coordenação, implementação e avaliação de programas avançados de prospecção de talentos e de avaliação e controlo do treino e da capacidade de rendimento desportivo do praticante e da equipa.
4. transdisciplinares que emergem e concorrem para uma formação auto-regulada.
5. aprofundados acerca da implementação de programas de formação de treinadores e acerca do respectivo processo de controlo de qualidade.
6. acerca dos processos de produção científica, inovação e empreendedorismo.



SABERES-FAZER

O Treinador de Grau IV é capaz de:

1. aconselhar o desenvolvimento e implementação de políticas desportivas.
2. promover o desenvolvimento de pensamento crítico.
3. interpretar e integrar estrategicamente políticas desportivas na macroestrutura em que se insere.
4. conceber e coordenar programas de formação desportiva.
5. desenvolver e coordenar programas avançados de prospecção de talentos e de avaliação e controlo do treino e da capacidade de rendimento desportivo do praticante e da equipa.
6. liderar estruturas desportivas que envolvem actividade transdisciplinar.
7. diagnosticar necessidades de formação de treinadores e conceber, coordenar e participar em programas de intervenção em qualquer dos graus de formação.
8. monitorizar e assegurar o controlo da qualidade de todas as actividades desenvolvidas no espaço das suas atribuições profissionais.
9. promover a inovação, o empreendedorismo e a investigação no quadro de todas as funções que desempenha.

SABERES-SER

O Treinador de Grau IV:

1. valoriza o desporto enquanto instrumento de desenvolvimento humano, integrando as suas determinantes económicas, políticas e socioculturais.
2. assume pensamento crítico e estratégico face aos constrangimentos particulares impostos pelos contextos diversificados de prática desportiva.
3. assume atitudes críticas acerca das políticas de desenvolvimento desportivo relevantes para o seu contexto de prática profissional.
4. valoriza a adopção de lideranças participativas baseadas na cooperação e na optimização de recursos humanos, materiais e organizacionais.
5. valoriza a qualificação dos processos de formação - de certificação de grau (curricular e em exercício) e a formação contínua ao longo da vida -no contexto da sua actividade profissional.
6. valoriza a promoção e integração da inovação e do conhecimento e desenvolvimento tecnológico emergentes da investigação científica em todas as actividades adstritas à sua função.



CONDIÇÕES DE ACESSO

1. Idade mínima de 18 anos.
2. Possuir o 12º ano de escolaridade.
3. Ser possuidor de CTD de Grau III.
4. Possuir pelo menos três anos de exercício efectivo da função de Treinador de Grau III.
5. Ter concretizado o Plano Anual de Formação Contínua (aplicado aos Treinadores de Grau III) nos termos da lei.

SAÍDAS PROFISSIONAIS

- Treinador de praticantes do mais alto nível da modalidade, ou de qualquer outro nível de prática e em qualquer etapa de formação.
- Coordenador da actividade de treinadores do mesmo grau ou inferior e coordenador de equipas técnicas pluridisciplinares enquanto director técnico de clube, associação ou federação.
- Coordenador técnico de selecções regionais e nacionais.
- Coordenador de programas de formação em exercício de treinadores desportivos.

CONDIÇÕES GERAIS DE EXERCÍCIO

Possuir a CTD de Grau IV.

CONTEÚDOS FUNDAMENTAIS

1. Desporto, cultura e contemporaneidade.
2. Seminários (entre outros):
 - Excelência profissional do treinador.
 - Formação profissional do treinador.
 - Construção e gestão da carreira do treinador.
 - Construção, optimização e transição na carreira desportiva do praticante.
 - Desporto, diversidade e inclusão.
 - Tomada de decisão em desporto.



- Cultura e gestão das organizações desportivas.
 - Liderança, conflito e negociação no desporto.
 - Comunicação, *media* e desporto.
 - *Coaching* no desporto.
 - Análise notacional avançada em desporto.
 - Construção, gestão e promoção da imagem pessoal.
 - Investigação científica e desporto.
 - O tempo como recurso.
- 3.** Currículo autoproposto.
 - 4.** Estágio profissionalizante.