

A actividade de Treinador/a de Desporto tem vindo a tornar-se cada vez mais exigente e complexa, de que resulta a conseqüente necessidade de melhoria na qualidade e na robustez da sua formação, enquanto factor preponderante para uma melhor intervenção.

A publicação do Decreto-Lei n.º 248-A/2008 de 31 de Dezembro, veio definir o regime de acesso e do exercício da actividade de treinador/a de desporto, complementado pelo Despacho n.º 5061/2010 de 22 de Março que estabeleceu as normas para a obtenção e emissão da Cédula de Treinador/a de Desporto.

Este conjunto de documentos legais permitiu conferir o suporte necessário para o aparecimento do Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT), cujo modelo de formação contém uma partilha de responsabilidades entre as Federações com Utilidade Pública Desportiva e o Estado. Esta partilha de responsabilidades ganhou uma maior dimensão na consecução das tarefas que integram a metodologia escolhida para a operacionalização do PNFT.

## PERFIS / COMPETÊNCIAS

Seguindo outras propostas realizadas no âmbito Europeu, o Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT) considera também a existência de 4 Graus de Formação com responsabilidades e competências próprias, inerentes à tipologia da população em que os treinadores intervêm.

Grau	Papel do Treinador
I	<b>Condução</b> directa das actividades técnicas elementares associadas às fases iniciais da actividade ou carreira dos/as praticantes ou a níveis elementares de participação competitiva, sob coordenação de treinadores/as de desporto de grau superior. <b>Coadjuvação na condução do treino</b> e orientação competitiva de praticantes nas etapas subsequentes de formação desportiva.
II	<b>Condução</b> do treino e orientação competitiva de praticantes nas etapas subsequentes de formação desportiva. <b>Coordenação e supervisão</b> de uma equipa de treinadores/as de grau I ou II, sendo responsável pela implementação de planos e ordenamentos estratégicos definidos por profissionais de grau superior. <b>Concepção, planeamento, condução e avaliação</b> do processo de treino e de participação competitiva. <b>Coadjuvação de titulares de grau superior</b> , no planeamento, condução e avaliação do treino e participação competitiva.
III	<b>Planeamento</b> do exercício e avaliação de desempenho de um colectivo de treinadores detentores de grau igual ou inferior, coordenando, supervisionando, integrando e harmonizando as diferentes tarefas associadas ao treino e à participação competitiva.
IV	<b>Coordenação, direcção, planeamento e avaliação</b> , com 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 tutoriais.

Os Graus de Treinador/a considerados promovem um desenvolvimento progressivo e cumulativo de competências, o qual é caracterizado pela estrutura dos respectivos Perfis Profissionais estabelecidos.

Estes perfis, enquanto conteúdo base de referência do PNFT, condicionam as diferentes tarefas inerentes à construção do Programa. É em função das respectivas competências e das suas áreas de desempenho (nos diferentes graus de qualificação), tendo por referência a especificidade de cada modalidade/disciplina/via/estilo desportivo, que são tomadas as diferentes opções.

## A CERTIFICAÇÃO

### Cédula de Treinador/a de Desporto (CTD)

No âmbito do PNFT, o exercício da actividade de Treinador/a de Desporto é certificado mediante a obtenção de uma Cédula (Cédula de Treinador/a de Desporto – CTD), a qual pode ser obtida pelas seguintes vias:

- **Cursos de Formação de Treinadores/as** - realização de cursos de Treinadores/as organizados segundo as premissas legais e regulamentares do PNFT
- **Formação Académica** - Habilitação académica de nível superior (artigo 10º do Despacho n.º 5061/2010 de 22 de Março)
- **Reconhecimento da Experiência Profissional**
- **Reconhecimento de Formação realizada no Estrangeiro**

# OS CURSOS DE TREINADORES

Os cursos de treinadores definidos no âmbito do PNFT contemplam três componentes distintas:

1. **Componente geral** comum aos diferentes cursos
2. **Componente específica** relativa a cada uma das modalidades/vias/disciplinas/estilos consideradas pelas Federações respectivas
3. Componente de formação em exercício, designada de **Estágio**

Considerando estas componentes, foi definida para cada curso de formação de Treinadores/as uma carga horária própria de acordo com o Grau respectivo.

COMPONENTES	Grau I	Grau II	Grau III	Grau IV
Geral	42 h	62 h	92 h	135 h
Específica (modalidade)	40 h (mínimo)	60 h (mínimo)	90 h (mínimo)	135 h (mínimo)
Estágio	600 h (uma época desportiva)	800 h (uma época desportiva)	1100 h (uma época desportiva)	1500 h (uma época desportiva)
Total	<b>682 h</b>	<b>1102 h</b>	<b>1282 h</b>	<b>1770 h</b>

A determinação da Componente Geral, bem como do Regulamento de Estágio, são da responsabilidade do IDP, IP, enquanto a Componente Específica é definida pelas Federações Desportivas de cada modalidade.

De acordo com a organização proposta, e assumindo como referência os Perfis Profissionais determinados, foram elaborados os Referenciais estruturantes da Formação Geral e Específica, completados pelos respectivos Conteúdos de cada Grau e respectivas Componentes.

Os Referenciais de Formação, os Conteúdos de Formação e as Normas de realização do Estágio são a base organizativa de todos os cursos a levar a cabo no âmbito do PNFT.

## 1. Componente geral de formação

De acordo com as competências do/a treinador/a definidas e perspectivadas no âmbito do modelo do PNFT, foram construídos os Referenciais e os Conteúdos de Formação relativos à Componente Geral. Estes Referenciais e Conteúdos de Formação estão organizados por Unidades de Formação previamente determinadas no estabelecimento dos diferentes Perfis baseando-se no conhecimento fundamentado e multifacetado desenvolvido no âmbito das Ciências do Desporto.

No cumprimento da metodologia assumida, o IDP, IP desenvolveu as directrizes normativas para a elaboração dos documentos respectivos, tendo a construção destes sido atribuída a um grupo de especialistas com larga experiência nos âmbitos considerados.

TEMAS	GRAUS		
	I	II	III
Didáctica do desporto	8 h		
Psicologia do desporto	4 h	8 h	10 h
Pedagogia do desporto	6 h	10 h	10 h
Aprendizagem e desenvolvimento motor	4 h		
Observação e análise das habilidades desportivas	4 h		
Funcionamento do corpo humano, nutrição e primeiros socorros	8 h		
Teoria e metodologia do treino desportivo (modalidades individuais)	6 h	16 h	20 h
Teoria e metodologia do treino desportivo (modalidades colectivas)	6 h	16 h	20 h
Ética e deontologia profissional		2 h	
Fisiologia do exercício		8 h	
Biomecânica do desporto		6 h	
Nutrição, treino e competição		4 h	
Traumatologia do desporto		4 h	
Desporto adaptado	1 h	2 h	
Combate à dopagem	2 h	2 h	2 h
Avaliação do movimento desportivo			10 h
Gestão do desporto			10 h
Pluridisciplinaridade e treino desportivo (seminário)			12 h

## 2. Componente específica de formação

---

Os referenciais e conteúdos da formação específica foram elaborados de forma articulada e consentânea com os documentos respeitantes à Componente Geral da Formação pretendendo, desta forma, conseguir uma integração plena entre a generalidade das Ciências do Desporto e a especificidade de cada modalidade/disciplina/via/estilo.

Esta tarefa foi concedida às diferentes Federações com Utilidade Pública Desportiva, as quais terão de respeitar um conjunto de normas definidas pelo IDP, I.P na sua realização.

## 3. Estágio

---

A realização do Estágio ocorrerá apenas após a obtenção prévia de aproveitamento nas componentes Geral e Específica do Curso de Treinadores, seguindo um Regulamento de Estágio próprio.

	Carga Horária
Grau I	550 h*
Grau II	800 h*
Grau III	1.100 h*
Grau IV	1.500 h*

\* Carga horária correspondente a uma época desportiva.

## Formação académica - equivalências

---

O PNFT permite obter a CTD através de formação académica superior na área das Ciências do Desporto. O artigo 10.º do Despacho n.º 5061/2010, de 22 de Março estabelece o Regime Específico de acesso à CTD por esta via.

A obtenção destas equivalências é o resultado da homologação da oferta formativa das instituições de Ensino Superior junto do IDP, IP. Esta homologação assenta no disposto no Regulamento das Equivalências Académicas, o qual dará resposta à diversidade de situações existentes.

## Formação contínua

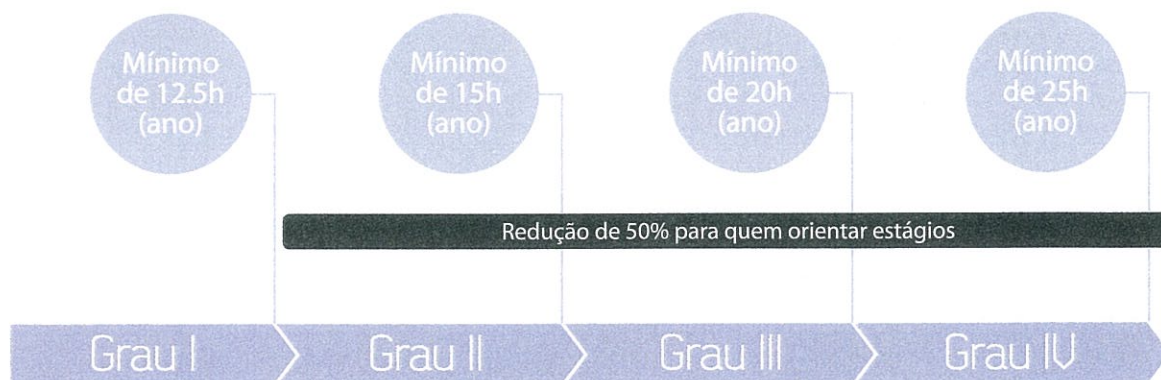
---

O PNFT contempla a existência de Formação Contínua para efeitos de renovação da CTD. Esta situação exige que o/a Treinador/a comprove a realização de um conjunto de acções de formação realizadas ao longo dos 5 anos de validade da Cédula, respeitando o que está determinado no Regulamento de Formação Contínua.

O exercício da função de Tutor/a de Estágio introduz uma situação particular de contabilização das suas horas de formação contínua, permitindo àqueles/as que realizem a referida orientação de Estágio a diminuição de um máximo de 50% da carga horária de Formação Contínua necessária. Este procedimento também poderá ser de possível aplicação relativamente a quem exerça a função de Formador/a no âmbito das acções de formação contínua ou no âmbito dos Cursos de Treinador/a.

Só as entidades certificadas estarão habilitadas para a realização das Acções de Formação Contínua, o mesmo sucedendo com as entidades responsáveis pela organização dos Cursos de Treinador/a de Desporto. A definição dos critérios de Homologação das Entidades Formadoras permitirá responder a esta questão particular.

## Formação contínua



## CORRESPONDÊNCIA DE TÍTULOS

O PNFT prevê, através da existência de um período transitório de um ano, a atribuição da Cédula de Treinador, a todos os que possuem títulos de formação obtidos anteriormente, fazendo a correspondência dos títulos já obtidos com os novos.

