

## **APRESENTAÇÃO DO PNFT**

### **MODELO DE FORMAÇÃO**

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.

Os diferentes organismos que tutelaram o desporto em Portugal procuraram acompanhar esta tendência com a produção de vários documentos legais para a formação dos treinadores, cujo conceito se sustentava, ou numa maior intervenção da estrutura estatal (aquando do aparecimento do Instituto Nacional do Desporto – IND), ou numa completa transferência para as federações da responsabilidade de concepção e organização da formação dos seus treinadores, assumindo o Estado a responsabilidade de apoiar financeiramente estas iniciativas.

Em 1999 a Formação dos Recursos Humanos do Desporto passa a estar inserida no âmbito da Formação Profissional. Este novo enquadramento levou, em 2008, à publicação do Decreto -Lei nº248-A/2008 de 31 de Dezembro, que veio definir o regime de acesso e do exercício da actividade de treinador/a de desporto, o qual foi depois completado pelo Despacho nº 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, cuja caracterização irá ser seguidamente efectuada.

---

### **PERFIS / COMPETÊNCIAS**

Seguindo outras propostas realizadas no âmbito europeu, o Programa Nacional de Formação de Treinadores 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	<p><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</p> <p><b>Coadjuvação</b> na condução do treino e orientação competitiva de praticantes nas etapas subsequentes de formação desportiva.</p>
II	<p><b>Condução</b> do treino e orientação competitiva de praticantes nas etapas subsequentes de formação desportiva.</p> <p><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.</p> <p><b>Concepção, planeamento, condução e avaliação</b> do processo de treino e de participação competitiva.</p> <p><b>Coadjuvação de titulares de grau superior</b>, no planeamento, condução e avaliação do treino e participação competitiva.</p>
III	<p><b>Planeamento</b> do exercício e avaliação do 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.</p>
IV	<p><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 seleções regionais e nacionais e coordenação de acções tutoriais.</p>

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 (vide hiperligações para a observação de cada um dos Perfis em detalhe).

- [Perfil Profissional do/a Treinador/a de Desporto de Grau I](#)
- [Perfil Profissional do/a Treinador/a de Desporto de Grau II](#)
- [Perfil Profissional do/a Treinador/a de Desporto de Grau III](#)
- [Perfil Profissional do/a Treinador/a de Desporto de Grau IV](#)

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

---

## 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 nº5061/2010, 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**.

Assim, 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	42h	62h	92h	135h
Específica (modalidade)	40h (mínimo)	60h (mínimo)	90h (mínimo)	135h (mínimo)
Estágio	600h (uma época desportiva)	800h (uma época desportiva)	1100h (uma época desportiva)	1500h (uma época desportiva)
<b>Total</b>	<b>682h</b>	<b>1102h</b>	<b>1282h</b>	<b>1770h</b>

A determinação da Componente Geral, bem como do Regulamento do Estágio, são da responsabilidade do IDP, I.P., enquanto a definição da Componente Específica é definida pelas federações responsáveis pelas modalidades em questão.

De acordo com a organização proposta, e assumindo como referência os Perfis Profissionais determinados, são então elaborados os Referenciais estruturantes da Formação Geral e Específica, completados pelos respectivos Conteúdos a desenvolver em cada Grau e Componentes constituintes.

Deste modo, os Referenciais de Formação, os Conteúdos de Formação relacionados e as Normas de Realização do Estágio são a base organizativa de todos 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, são 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 e que fazem referência ao conhecimento fundamentado e multifacetado desenvolvido no âmbito das Ciências do Desporto.

No cumprimento da metodologia assumida, o IDP, I.P. promoveu 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			Autores
	I	II	III	
Didáctica do desporto	8h			Olímpio Coelho
Psicologia do desporto	4h	8h	10h	Sidónio Serpa
Pedagogia do desporto	6h	10h	10h	Olímpio Coelho
Aprendizagem e desenvolvimento motor	4h			João Barreiros
Observação e análise das habilidades desportivas	4h			José Rodrigues
Funcionamento do corpo humano, nutrição e primeiros socorros	8h			Luís Horta
Teoria e metodologia do treino desportivo (modalidades individuais)	6h	16h	20h	Francisco Alves
Teoria e metodologia do treino desportivo (modalidades colectivas)	6h	16h	20h	Paulo Cunha
Ética e deontologia profissional		2h		Teotónio Lima
Fisiologia do exercício		8h	10h	J. Gomes Pereira
Biomecânica do desporto		6h		João P. Vilas-Boas
Nutrição, treino e competição		4h		Cláudia Mendrico
Traumatologia do desporto		4h		Raul Oliveira
Desporto adaptado	1h	2h		FPDPD
Combate à dopagem	2h	2h	2h	Luís Horta
Avaliação do movimento desportivo			10h	Isabel Mesquita
Gestão do desporto			10h	Pedro Sarmento
Pluridisciplinaridade e treino desportivo (seminário)			12h	A. Vasconcelos Raposo

De salientar que, nesta fase ainda não estão determinados os procedimentos relativos às unidades de formação consideradas no âmbito da Formação de Treinadores de Grau IV, os quais estão, neste momento, a ser alvo de apreciação tendo em vista o seu melhor esclarecimento.

Para ver os referenciais de formação geral – clicar aqui

## 2. COMPONENTE ESPECÍFICA DE FORMAÇÃO

Os Referenciais e Conteúdos da Formação Específica são elaborados de forma articulada e consentânea com os documentos respeitantes à Componente Geral da Formação pretendendo, desta maneira, 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.