

Programa Nacional de
FORMAÇÃO
de Treinadores

Grau3

Perfil Profissional de Treinador





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.



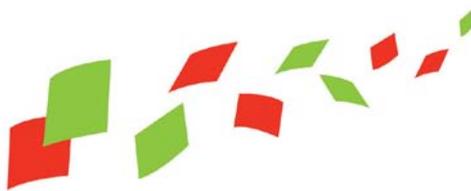
Ao nível do estágio profissionalizante preconiza-se que o Treinador de Grau III exerça as funções de treinador no mais alto nível de rendimento da modalidade, coadjuvando um treinador detentor de Grau III ou Grau IV, ou como treinador principal. No âmbito das funções de coadjuvação, quando for esse o 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)

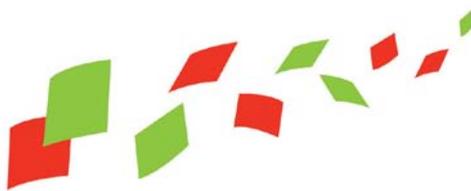
O Treinador de Grau III tem conhecimentos/conhece:

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

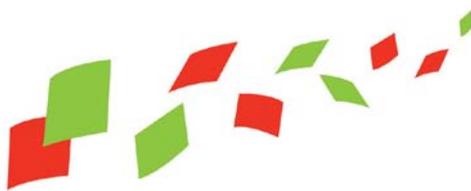
O Treinador de Grau III:

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.