

Referenciais de Formação REGULAMENTO DE ESTÁGIOS

GRAU I

TIRO COM ARCO

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TIRO COM ARCO

**VERSÃO
2020**



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.

AUTOR: Federação Portuguesa de Tiro com Arco
EDIÇÃO: Instituto Português do Desporto e Juventude, I. P. – 2026
COORDENAÇÃO: Departamento de Formação e Qualificação

LINGUAGEM INCLUSIVA: Por economia de espaço e simplificação da leitura, este documento não faz recurso a uma referência explícita a ambos os sexos através da marcação sistemática e simétrica do género gramatical, pelo que o uso da forma masculina se refere invariavelmente também à forma feminina.

NOTAS ÚTEIS: Se já efetuou o carregamento deste documento há algum tempo, verifique se existe uma versão mais atualizada, confirmando o número na capa (canto superior esquerdo).



Por uma questão ambiental, evite imprimir o documento.

Índice

A. Preâmbulo	4
B. Nota Prévia	6
1. Disposições Gerais	8
1.1 Princípios orientadores	9
1.2 Tutoria	11
1.3 Duração dos Estágios	11
2. Planeamento e operacionalização dos Estágios	12
2.1 Objetivos gerais	13
2.2 Outros objetivos dos Estágios (Específicos da Modalidade)	14
2.3 Estrutura organizacional	15
2.4 Condições específicas de realização dos Estágios	16
3. Avaliação dos Estágios	18
3.1 Metodologia, critérios e responsabilidades na avaliação	19
3.2 Critérios e Atividades de avaliação obrigatórias (Específicos da Modalidade)	21
3.3 Classificação Final dos Estágios	24
4. Intervenientes nos Estágios	26
4.1 Entidade Formadora	27
4.2 Coordenador de Estágios	29
4.3 Entidade de Acolhimento	30
4.4 Tutor de Estágios	32
4.5 Treinador Estagiário	33
5. Documentos de Estágio	35
5.1 Protocolo de Estágios	36
5.2 Plano Individual de Estágio	37
5.3 Relatório de Estágio	38
5.4 Dossiê de Treinador	39
C. Anexos	40
Anexo A - Protocolo de Estágio	41
Anexo B - Plano Individual de Estágio	44

A. Preâmbulo



A. Preâmbulo

A publicação da Lei n.º 106/2019, de 6 de setembro, vem promover uma alteração à Lei n.º 40/2019, de 28 de agosto, que estabelece o regime de acesso e exercício da atividade de treinador de desporto e por conseguinte ao Programa Nacional de Formação de Treinadores

Alguns dos aspetos centrais resultantes da reestruturação do Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT) prendem-se com a redução da duração da Componente de Formação Prática (Estágio Profissional) para o limite mínimo de seis meses bem como a sua obrigatoriedade apenas nos dois graus de formação da hierarquia profissional (Grau I e Grau II).

Para que o Estágio dos Cursos de Treinadores de Grau I possa cumprir os objetivos propostos, terá de ser realizado segundo o conjunto de normas definidas neste Regulamento de Estágio, as quais resultam da integração dos elementos particulares da modalidade com as orientações gerais emanadas do Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P., enquanto entidade certificadora.

Este conjunto de normativos tem de concorrer, de modo inequívoco, para favorecer o sucesso do momento decisivo do Estágio: a relação que se estabelece entre o Treinador Estagiário e o Tutor no exercício concreto da função de Treinador. Da competência deste Tutor, do seu empenho e dedicação da riqueza da comunicação que se estabelecer com o formando, vai depender a qualidade do Estágio e a dimensão dos benefícios que o Treinador Estagiário pode dele retirar.

Deste modo, o Estágio dos Cursos de Treinadores de Grau I na modalidade irá reger-se por este regulamento, que contém o conjunto de regras de organização, as normas de funcionamento e as indicações de avaliação a seguir na sua organização.

B. Nota prévia



B. Nota prévia

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE TIRO COM ARCO

O presente Regulamento de Estágios de Treinadores de Grau I da Federação Portuguesa de Tiro com Arco pretende, em consonância com as regras definidas pelo Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P., estabelecer os princípios orientadores específicos adequados, à modalidade, para a realização do Estágio.

Este Estágio, parte integrante do Curso de Treinador de Tiro com Arco de Grau I, visa a aplicação prática por parte do candidato a Treinador dos conhecimentos adquiridos na componente curricular, bem como o desenvolvimento das suas competências específicas para a função de treinador, com o acompanhamento de um Tutor devidamente habilitado.

Sendo o estágio um momento onde em contexto real de formação, se pode enriquecer toda a componente teórica apreendida durante a fase curricular do curso, é igualmente uma oportunidade de desenvolver capacidades e aproveitar conhecimentos adquiridos noutras áreas com vista a uma melhoria das condições de treino e de trabalho dos futuros Treinadores de Tiro com Arco.

Neste contexto, a adequada preparação teórica e prática dos Treinadores de Tiro com Arco constituirá um pilar essencial, para o desenvolvimento, da modalidade em Portugal.

1. Disposições gerais



1. Disposições gerais

1.1 Princípios orientadores

A principal finalidade do Estágio é o desenvolvimento supervisionado, em contexto real de treino, de práticas profissionais relevantes para o perfil de desempenho associado ao Curso de Treinadores frequentado pelo formando (obrigatoriedade de o Estágio ser efetuado nestas condições), visando a consolidação de competências técnicas, relacionais e organizacionais necessárias a esse perfil, em parte adquiridas durante a componente curricular do curso.

O Estágio decorre em clubes desportivos (ou em outros organismos de prática desportiva), reconhecidos pela Entidade Formadora, adiante designados por Entidades de Acolhimento, na qual se desenvolvam atividades desportivas compatíveis e adequadas ao perfil de desempenho visado pelo Curso de Treinadores frequentado pelo Treinador Estagiário.

A organização do Estágio compete à Entidade Formadora, responsável pelos Cursos de Treinadores, que assegurará a sua programação em função do conjunto de regras mínimas aqui definidas, dos condicionalismos de cada situação e em estreita articulação com a Entidade de Acolhimento e o Treinador Estagiário.

A Entidade Formadora estabelece com a Entidade de Acolhimento um Protocolo de Estágio (proposta de modelo no Anexo A) através do qual se definem as responsabilidades de cada uma das partes em presença.

As atividades a desenvolver pelo Treinador Estagiário regem-se por um Plano Individual de Estágio (PIE) (proposta de modelo no Anexo B), acordado entre a Entidade Formadora, a Entidade de Acolhimento, o Tutor e o Treinador Estagiário.

O acompanhamento técnico-pedagógico, bem como a avaliação do Treinador Estagiário, durante o Estágio será assegurado pelos seguintes elementos:

- Coordenador de Estágio, designado pela Entidade Formadora, e que será responsável pelo acompanhamento dos Treinadores Estagiários, em estreita articulação com o Tutor de Estágio.
- Tutor de Estágio, sugerido pela Entidade de Acolhimento, escolhido pelo Treinador Estagiário, ou designado pela Entidade Formadora que, enquanto Treinador com qualificação superior à do Curso de Treinadores em questão, será responsável pela tutoria do Treinador Estagiário. No mesmo período, cada Tutor apenas poderá acompanhar um máximo de 5 Treinadores Estagiários.

Os formandos e as formandas – Treinadores Estagiários - beneficiam do direito a um seguro que garanta a cobertura dos riscos das atividades a desenvolver, o qual deve ser estabelecido em condições semelhantes às do Seguro Desportivo. O mesmo deve ser considerado para Tutores, caso não estejam abrangidos por esta forma de proteção.

O Estágio é objeto de uma avaliação final, que dará lugar a uma classificação autónoma e obrigatoriamente com aproveitamento do Treinador Estagiário nesta componente da formação, cuja nota será integrada no cálculo da classificação final do curso.

1.2 A Tutoria

A Tutoria é um elemento essencial ao desenvolvimento dos Estágios dos Cursos de Treinadores e é entendida neste âmbito como uma metodologia de ensino aprendizagem de orientação e apoio ao desenvolvimento pessoal e profissional do Treinador Estagiário na sua etapa final de formação, que deve assumir uma forma interativa, sistemática e significativa e ter como objetivo o elevar a qualidade do processo formativo através de uma atenção personalizada aos problemas que influem no desempenho do Treinador Estagiário, mas também o desenvolvimento de valores, atitudes e hábitos que contribuam para a integridade da sua formação pessoal, social e humana.

O processo de tutoria pode assumir uma diversidade de formas ("*supervising*", "*coaching*", "*mentoring*", "*tutoring*"), visível na prática através de características de intervenção próprias de cada uma, embora todas tenham em comum as seguintes finalidades: desencadear e garantir processos que valorizem a autonomia do Treinador Estagiário, a capacidade de identificação e resolução de problemas, a aplicação, em contexto real de prática, de conhecimentos adquiridos e o desenvolvimento de competências genéricas e específicas.

A tutoria deve ser exercida mediante duas vertentes fundamentais: a primeira, privilegiando a escuta ativa e a observação do enquadramento e condução das unidades de treino e competição; a segunda, estabelecendo a relação interpessoal orientada no sentido da resolução de problemas através de sessões individuais de tutoria (análise, crítica, correção, reforço, feedback, etc.).

As sessões de tutoria devem ser o mais direta e personalizadas possíveis e sempre de "viva voz" (presencial, telefone, sistemas videoconferência), podendo a comunicação escrita (sistemas eletrónicos de comunicação) ser utilizada como meio complementar, sempre que a frequência do contacto direto não for possível de concretizar.

1.3 Duração dos estágios

O Programa Nacional de Formação de Treinadores obriga à organização de uma componente de formação prática, a desenvolver em contexto real de treino, sob a forma de Estágio supervisionado.

Os Estágios têm uma duração mínima de 6 meses, podendo prolongarem-se por uma época desportiva.

A totalidade de horas consideradas no âmbito do Estágio não se circunscreve apenas à intervenção durante as sessões de treino e na competição (caso esta esteja contemplada), designadas por "horas de contato", mas também ao tempo despendido na realização de um conjunto de tarefas inerentes ao desempenho da função de Treinador, tal como é apresentado no Capítulo 2 deste regulamento.

2. Planeamento e operacionalização



2. Planeamento e operacionalização

2.1 Objetivos gerais

São objetivos gerais dos Estágios:

- Desenvolver trabalho, em contexto real de treino, sob supervisão, visando a consolidação de competências técnicas, relacionais e organizacionais relevantes para o perfil de desempenho à saída do Curso de Treinadores, adquiridas na parte curricular do curso;
- Criação de hábitos de reflexão crítica sobre as situações reais de treino e competição vividas com os praticantes desportivos, utilizando esta sua prática como meio e oportunidade de formação;
- Proporcionar uma experiência prática de relacionamento profissional com Treinadores mais experientes;
- Participar na vida de um clube desportivo, ou de outra organização em que o Estágio decorra, envolvendo o relacionamento com os diferentes membros de uma comunidade desportiva;
- Integrar o Treinador Estagiário no sistema desportivo, ao nível local, regional e nacional;
- Desenvolver a necessidade de uma constante atualização nos domínios do conhecimento científico e pedagógico.

2.2 Outros objetivos dos Estágios (específicos da modalidade)

São ainda objetivos dos Estágios de Grau I, os seguintes:

- Aplicar os conhecimentos e fundamentos técnicos do Tiro com Arco na conceção e implementação de uma metodologia de ensino universal, capaz de promover a aprendizagem, a participação e o desenvolvimento de praticantes com diferentes características, níveis de experiência e objetivos de prática;
- Planejar, organizar, conduzir e avaliar sessões de treino adequadas às etapas iniciais de desenvolvimento dos praticantes de Tiro com Arco, promovendo a aquisição das competências fundamentais da modalidade e a preparação para a participação competitiva inicial;
- Aplicar os fundamentos técnicos, pedagógicos e metodológicos do ensino do Tiro com Arco, assegurando processos de aprendizagem seguros, progressivos, motivadores e adequados às características dos praticantes;
- Ensinar, acompanhar e orientar os praticantes nas fases de iniciação, desenvolvimento e participação competitiva inicial, respeitando a filosofia de formação, os valores e o modelo de desenvolvimento desportivo do clube ou entidade de acolhimento;
- Utilizar metodologias de ensino universais e estratégias de individualização pedagógica que favoreçam a participação, a aprendizagem e o desenvolvimento dos praticantes, atendendo às suas características, necessidades e objetivos.
- Aplicar procedimentos de observação, registo, monitorização e avaliação do processo de treino, desenvolvendo hábitos sistemáticos de planeamento, controlo e reflexão crítica sobre a prática pedagógica e o desenvolvimento dos praticantes.
- Recolher, analisar e interpretar informação relevante sobre o processo de treino e competição, utilizando-a para fundamentar decisões técnicas e pedagógicas e promover a melhoria contínua da intervenção do treinador.
- Estabelecer relações de comunicação eficazes com praticantes, treinadores, dirigentes, pais, encarregados de educação e outros agentes desportivos, contribuindo para a criação de ambientes positivos de aprendizagem e desenvolvimento.
- Promover comportamentos éticos, seguros e responsáveis, assegurando o cumprimento das normas da modalidade, dos princípios da proteção e bem-estar dos praticantes e dos valores do desporto.
- Colaborar com treinadores de grau superior no planeamento, organização, condução e avaliação do treino e da competição, integrando equipas técnicas de forma competente e construtiva.
- Apoiar a preparação e o acompanhamento dos praticantes em contextos competitivos de iniciação, contribuindo para o desenvolvimento da autonomia, da confiança e da experiência competitiva dos atletas.
- Desenvolver uma atitude de aprendizagem contínua, reflexão crítica e valorização da formação permanente como elementos essenciais para o exercício qualificado da função de treinador.

2.3 Estrutura organizacional

Os Estágios decorrem após a conclusão com aproveitamento das componentes curriculares geral e específica, para que o Treinador Estagiário detenha já um domínio relevante das competências visadas.

Os Estágios preveem o desenvolvimento de atividades compatíveis e adequadas ao perfil de desempenho esperado à saída do Curso de Treinadores frequentado pelo Treinador Estagiário, atividades essas devidamente calendarizadas, ajustadas à duração do Estágio em questão (PIE) e realizadas sob a supervisão de um Tutor.

As atividades e tarefas no âmbito dos Estágios de Grau I são definidas pelas partes envolvidas nos Estágios e validadas pela Entidade Formadora, respeitando as orientações expressas neste regulamento.

As atividades referidas estão agrupadas nas seguintes áreas:

1. Condução de sessões de treino.

Corresponde à componente fundamental do Estágio, devendo estar-lhe associada uma parcela significativa do volume de trabalho a realizar.

2. Orientação dos praticantes em competição (se aplicável).

3. Trabalho individual a efetuar pelo Treinador Estagiário, em que consideramos as seguintes tarefas:

- a) Preparação das sessões de treino (e da competição, se aplicável);

- b) Avaliação e reflexão pedagógica sobre a forma como as unidades de treino e competição (quando aplicável) decorreram, sobre o grau de sucesso das medidas e propostas de trabalho aplicadas e sobre os efeitos provocados nos praticantes;

- c) Preparação e atualização diária do Dossiê de Treinador, elemento essencial de apreciação do trabalho desenvolvido pelo Treinador Estagiário;

- d) Realização e preparação das tarefas necessárias à avaliação do Estágio, em particular as que venham a integrar o relatório do Estágio.

4. Formas de relacionamento com o Tutor (reuniões e/ou outras formas de comunicação).

5. Outras tarefas relacionadas com o exercício da função de Treinador, entre as quais se consideram as reuniões com os pais dos praticantes, as reuniões com a estrutura técnica e com a estrutura dirigente do clube ou do departamento, participação em iniciativas de formação, etc.

No caso de **interrupção ou desistência dos Estágios** por motivos devidamente justificados, o período de Estágio poderá vir a ser retomado, depois da Entidade Formadora analisar devidamente e em concreto a situação singular que foi criada e encontrar a solução que melhor se adequa ao caso em presença, envolvendo nesta decisão o Treinador Estagiário, o Tutor e o Coordenador de Estágio, respeitando sempre as limitações definidas na Lei para o tempo de conclusão do curso após o seu início (4 anos).

2.4 Condições específicas de realização dos Estágios

São condições para a realização dos Estágios de Grau I, o cumprimento das seguintes premissas operacionais:

2.4.1 Condução de sessões de treino e de competição

Nº mínimo de horas dedicadas à condução de sessões de treino e de competição: **180 horas.**

2.4.2 Caracterização do contexto de intervenção

Os Estágios terão de ser realizados no enquadramento e condução de praticantes nas seguintes Etapas de Desenvolvimento ou Escalões Etários:

Via Desporto de Participação incluindo a Via Desporto Adaptado:

Etapa 1 - Descoberta e exploração

Etapa 2 - Desenvolvimento e consolidação

Etapa 3 - Prática continuada e aperfeiçoamento

Via Desporto de Competição incluindo a Via Desporto Adaptado:

Etapa 1 - Iniciação/ Formação - Flechas – inferior a 9 anos; Robins – dos 9 aos 11 anos; Juvenis – dos 12 aos 14 anos

Etapa 2 - Desenvolvimento/ Aperfeiçoamento - Cadetes – dos 15 aos 17 anos.

2.4.3 Atividades específicas dos Estágios

1. Planear, organizar, orientar e avaliar as sessões de treino:

a) Na sua componente logística, preparar o local de treino, verificar as condições de segurança do local de treino e as distâncias regulamentares, bem como o posicionamento dos praticantes para cada momento do treino;

b) Na sua componente de prática do treino, explicar o tema da sessão e conduzir a sessão de treino incluindo o aquecimento muscular, a supervisão da execução dos exercícios e o regresso à calma com a orientação do período de alongamentos;

2. Coadjuvar o treinador responsável do clube de acolhimento pela atividade de competição, organizar a participação dos praticantes em provas, orientá-los durante a competição e avaliar o seu desempenho;

3. Participar no planeamento, organização e dinamização de atividades extra treino e competição (exº Torneios, competições, atividades de formação/divulgação, etc.);

4. Participar nas reuniões que sejam promovidas com vista a planear/informar os agentes desportivos (encarregados de educação, outros treinadores que se encontrem a lecionar no mesmo nível do Treinador Estagiário) das ações planeadas;

4. Elaborar e manter atualizado o registo das atividades de treino e competição na qualidade de Treinador Estagiário no âmbito do seu Estágio e no cumprimento do seu Projeto Individual de Estágio (PIE);
5. Participar em reuniões periódicas com o Tutor de estágio, com vista ao planeamento, avaliação e implementação das alterações propostas nos planos de treino, planeamento de época e Dossiê de Estágio, de acordo com o seu PIE.

2.4.4 Outras condições a cumprir na realização dos Estágios de Grau I

1. Conhecer e aplicar as diretrizes para o treino do clube de acolhimento.
2. Conhecer e aplicar a base de utilização de meios tecnológicos de apoio ao treino.

2.4.5 Entidades de Acolhimento e Tutoria

As condições/caraterísticas específicas a ser observadas pelas Entidades de Acolhimento, bem como, o perfil específico do Tutor para o enquadramento de Estágios, estão descritas no Capítulo 4 (nos subcapítulos correspondentes).

3. Avaliação dos Estágios



3. Avaliação dos Estágios

3.1 Metodologia, critérios e responsabilidades na avaliação

A avaliação dos Estágios é contínua e formativa, apoiada numa apreciação sistemática das atividades desenvolvidas durante o período de Estágio e constantes do Plano Individual de Estágio (PIE), permitindo, se necessário, um reajustamento do mesmo.

A avaliação dos Estágios tem por base:

1. A avaliação do **Desempenho** (no exercício concreto) **da Função** - treino e competição (caso se aplique), ao longo do Estágio;
2. A avaliação do **Dossiê de Treinador**;
3. A avaliação do **Relatório de Estágio**.

Elementos de Avaliação	Ponderação
1. Desempenho (no exercício concreto) da Função (DF)	60%
2. Dossiê de Treinador (DT)	30%
3. Relatório do Estágio (RE)	10%

A avaliação contínua do desempenho do treinador estagiário deve seguir os seguintes elementos aferidores:

- Cumprimento dos objetivos propostos;
- Competências técnicas, rigor e habilidade demonstrada para a função;
- Participação ativa nas atividades propostas;
- Capacidade de iniciativa;
- Relacionamento interpessoal;
- Utilização de uma linguagem clara e uma correta terminologia específica;

- Aplicação das normas de segurança;
- Integração na Entidade de Acolhimento.

A não entrega do Relatório de Estágio, ou a não apresentação do Dossiê de Treinador correspondente à época de Estágio vivida pelo Treinador em Estágio, implicam a não conclusão do Estágio e a correspondente não conclusão do curso.

As situações especiais que venham a surgir neste processo de avaliação serão resolvidas pela Entidade Formadora, depois de ouvir o Treinador Estagiário.

3.2 Critérios e atividades de avaliação obrigatórias

3.2.1 Desempenho (no exercício concreto) da Função

São Critérios e Atividades obrigatórios para a avaliação do desempenho do Treinador Estagiário no âmbito dos Estágios de Grau I, os seguintes:

a) Atividades obrigatórias

1. Conceber, executar, avaliar e reajustar se necessário, um planeamento de época que abranja os diferentes ciclos em que decorre o Estágio, onde devem constar os diversos períodos e os temas das sessões de treino previstas, de acordo com o seu PIE;
2. Conceber, executar, avaliar e ajustar os Planos de Treino específicos a cada fase do planeamento da época (Preparação, Desenvolvimento, Pré-Competição e Competição), de acordo com o seu PIE;
3. Apresentar uma análise escrita sobre os pontos que considere serem os mais relevantes no decorrer de cada sessão de treino e de cada uma das fases do planeamento da época;
4. Preparar e conduzir os treinos previstos no PIE (que devem abranger, no mínimo de 6 meses ou de uma época desportiva);
5. Realização de um registo fotográfico da evolução de cada um dos atletas acompanhados durante o estágio.
6. Colaborar nos aspetos administrativos com vista à inscrição/participação, dos Arqueiros que acompanha no âmbito do Estágio, nas Competições Oficiais, de preparação, ou de Estágios;
7. Elaborar/Apresentar relatórios sobre a participação em Competições Oficiais, de preparação ou Estágios;
8. Observar, analisar e registar um mínimo de **6 sessões de Treino** orientadas preferencialmente por Treinadores de Grau II, ou do mesmo grau, que lecionem no mesmo escalão em que decorre o estágio, e efetuar um “debriefing” com o treinador observado;
9. Manter um registo pormenorizado das reuniões tidas com o Coordenador, Tutor e representantes do Clube de Acolhimento de Estágio, **num mínimo de 6**;
10. Colaborar nas ações de Planeamento, Organização, Dinamização e Avaliação de atividades extra treino e competição (exº Torneios, competições, atividades de formação/divulgação, etc.), **num mínimo de 6 atividades**, levadas a cabo pela Entidade de Acolhimento e onde esteja envolvido o Tiro com Arco, participando na elaboração dos documentos necessários e executando no final o respetivo registo e relatório de avaliação da atividade;
11. Apresentação e reflexão sobre as atividades desenvolvidas no âmbito do estágio, enquadrando-as nas metas, objetivos e metodologias definidos no Plano Individual de Estágio (PIE), perante um júri constituído por:
Um Representante da Entidade Formadora;

O Coordenador de Estágio;
O Tutor de Estágio.

O júri emitirá um parecer sobre o desempenho global do Treinador Estagiário e sobre os elementos apresentados, constituindo esse parecer um contributo para o processo de avaliação.

Antes da apresentação o Tutor deve elaborar a respetiva proposta fundamentada de avaliação, considerando a análise prévia de toda a informação recolhida durante o processo de Tutoria e da documentação produzida e entregue pelo Treinador Estagiário, nomeadamente o Dossiê de Estágio e o Relatório de Estágio.

O Coordenador de Estágio, em articulação com o Tutor e tendo em consideração o parecer emitido durante a apresentação e cumprindo os critérios de avaliação definidos no presente Regulamento, procederão à definição e atribuição da classificação final do Estágio.

b) Critérios de avaliação

1. Planeamento (30%):

a. Adequação dos documentos aos objetivos definidos no PIE (10%);

5 pontos – Os documentos apresentados evidenciam alinhamento integral com os objetivos definidos no PIE, demonstrando elevada coerência, rigor técnico e capacidade de operacionalização dos objetivos estabelecidos.

1 ponto – Os documentos não evidenciam alinhamento com os objetivos do PIE ou apresentam-se muito incompletos e inadequados.

b. Estrutura e definição, clara, dos objetivos no planeamento da época (15%);

5 pontos – Os objetivos encontram-se claramente definidos, estruturados, mensuráveis e articulados de forma exemplar ao longo de toda a época desportiva.

1 ponto – Os objetivos são inexistentes, muito vagos ou inadequadamente definidos, comprometendo a qualidade do planeamento.

c. Estrutura e organização dos planos de treino específicos a cada fase do planeamento da época (15%);

5 pontos – Os planos de treino apresentam uma estrutura exemplar, adequada às diferentes fases da época, evidenciando progressão metodológica, coerência e elevada qualidade técnica.

1 ponto – Os planos de treino são desorganizados, incompletos ou inadequados às diferentes fases da época.

d. Registos efetuados e respetiva reflexão crítica (50%);

5 pontos – Os registos são completos, sistemáticos e rigorosos, acompanhados por uma reflexão crítica profunda, fundamentada e orientada para a melhoria contínua.

1 ponto – Os registos são inexistentes ou muito deficientes, não evidenciando reflexão crítica relevante sobre o processo desenvolvido.

e. Criatividade e originalidade das atividades propostas, das estratégias a implementar e dos recursos a utilizar (10%);

5 pontos – Propõe atividades e estratégias inovadoras que promovem a modalidade e o desenvolvimento dos atletas orientadas para a melhoria contínua e maximizando a utilização dos recursos disponíveis.

1 ponto – Propõe atividades e estratégias de treino rotineiras e sem a aplicação ampla dos recursos disponíveis.

2. Aptidão Técnico-Pedagógica (40%):

a. Organização das diferentes sessões de treino durante o decurso da época (10%)

5 pontos – Organiza e planeia as sessões de treino adequadamente, demonstra uma progressão lógica, coerente e adaptada aos objetivos da época e à evolução dos arqueiros.

1 ponto – Apresenta uma organização deficiente das sessões, sem uma estrutura clara ou progressão lógica, revelando falta de planeamento ao longo da época.

b. Adequação do método de ensino aos Arqueiros que acompanha no âmbito do Estágio (10%)

5 pontos – Adapta de forma exemplar os métodos de ensino às características, necessidades e nível de desenvolvimento dos arqueiros.

1 ponto – Utiliza métodos de ensino desajustados às necessidades e ao nível dos arqueiros acompanhados.

c. Avaliação da evolução dos praticantes analisando as atitudes, os comportamentos e os resultados alcançados (10%)

5 pontos - Analisa criteriosamente a evolução dos atletas, cruzando dados quantitativos (resultados) com qualitativos (atitudes e comportamentos). Identifica padrões de comportamento e adota critérios de avaliação justos e transparentes.

1 ponto - Não avalia os praticantes ou limita-se à observação superficial dos resultados, ignorando as atitudes, a evolução técnica e o comportamento geral.

d. Utilização dos resultados da avaliação da evolução dos praticantes na preparação, organização e realização das sessões seguintes (5%)

5 pontos - Utiliza os dados recolhidos de forma precisa. Adapta, os exercícios, os níveis de dificuldade e a organização das sessões seguintes, com o objetivo de auxiliar na superação contínua e o sucesso da aprendizagem dos atletas.

1 ponto - Descarta a avaliação efetuada, aplicando sessões de treino padronizadas e descontextualizadas das reais necessidades e da evolução demonstrada pelos praticantes.

e. Reflexão crítica/autoavaliação sobre as suas competências técnicas na condução das sessões de treino e de competição, apresentando estratégias de melhoria (5%)

5 pontos - Realiza uma autoavaliação rigorosa das suas competências técnicas. Identifica com precisão as suas lacunas e apresenta estratégias de melhoria claras, demonstrando grande capacidade de superação e domínio técnico.

1 ponto - Apresenta uma reflexão superficial ou inexistente, demonstrando falta de consciência sobre as suas fragilidades técnicas e ausência de proatividade na procura de estratégias de evolução.

f. Reflexão crítica/autoavaliação sobre as suas competências pedagógicas na condução das sessões de treino e de competição, apresentando estratégias de melhoria (5%)

5 pontos - Avalia de forma clara a sua capacidade pedagógica (ex: adequação de exercícios, dinâmica de grupo, gestão de tempo). Reconhece onde pode melhorar a comunicação e aplica ativamente novas metodologias de ensino.

1 pontos - Revela incapacidade para analisar o seu próprio desempenho pedagógico, repetindo erros de intervenção continuamente e não demonstrando vontade em aprimorar a sua didática.

g. Cumprimento dos tempos definidos para as sessões (5%);

5 pontos – Gere o tempo de forma exemplar, cumprindo integralmente a estrutura temporal das sessões sem comprometer a qualidade do treino.

1 ponto – Não consegue cumprir os tempos definidos, comprometendo significativamente a organização das sessões.

h. Comunicação clara com os atletas e orientação durante o treino (adequação da linguagem utilizada, explicação dos temas das sessões de treino, utilização adequado do feedback, explicação sobre as correções indicadas) (10%);

5 pontos – Comunica de forma exemplar, clara e eficaz, utilizando linguagem adequada, explicações precisas e feedback construtivo que promove a aprendizagem dos atletas.

1 ponto – Comunica de forma muito insatisfatória, comprometendo a compreensão e a aprendizagem dos atletas.

i. Criação de um clima favorável à aprendizagem, promovendo e dinamizando o sentido de responsabilidade e de autonomia dos praticantes (15%)

5 pontos - Promove um ambiente positivo e motivador onde os atletas se sentem seguros. Incentiva a tomada de decisão pelos praticantes, atribuindo-lhes responsabilidades e desenvolvendo a sua autonomia dentro e fora do terreno de jogo.

1 pontos - Inibe o desenvolvimento dos atletas, promovendo um clima de treino tenso ou excessivamente diretivo, onde os praticantes dependem unicamente das ordens do treinador e não têm espaço para pensar por si.

j. Aplicação e explicação aos atletas das correções técnicas decorrentes das observações realizadas e das orientações dadas pelo Tutor de Estágio (10%)

5 pontos – Identifica, aplica e explica de forma exemplar as correções técnicas, demonstrando domínio técnico e capacidade pedagógica.

1 ponto – Não consegue aplicar ou explicar adequadamente as correções técnicas identificadas.

k. Implementação das regras de segurança e de Higiene, assim como, da salvaguarda dos valores éticos da prática desportiva, no decurso das sessões de treino da época (15%)

5 pontos – Demonstra conhecimento exemplar das normas de segurança e higiene, assegurando a sua aplicação rigorosa e sistemática em todas as sessões de treino. Promove ativamente os valores éticos da prática desportiva, nomeadamente o respeito, a integridade, a inclusão, o fair play e a proteção da integridade física e emocional dos praticantes, constituindo uma referência para os atletas e restantes intervenientes.

1 ponto – Desconhece ou aplica de forma muito insuficiente as normas de segurança e higiene, colocando em risco o normal funcionamento das sessões e o bem-estar dos praticantes. Não evidencia preocupação adequada com a salvaguarda dos valores éticos da prática desportiva, verificando-se comportamentos ou omissões incompatíveis com os princípios fundamentais da atividade desportiva.

3. Postura do Treinador Estagiário (20%):

a. Relacionamento com os diversos intervenientes no processo de treino ou competição (30%)

5 pontos – Mantém um relacionamento exemplar, baseado no respeito, cooperação, ética e profissionalismo com todos os intervenientes.

1 ponto – Mantém relações inadequadas ou conflituosas que prejudicam o processo de treino ou competição.

b. Capacidade de adaptação a novos desafios ou projetos (40%)

5 pontos – Adapta-se de forma exemplar a novos desafios, demonstrando iniciativa, flexibilidade e capacidade de aprendizagem.

1 ponto – Demonstra grande resistência ou incapacidade de adaptação a novos desafios ou projetos.

c. Pontualidade (10%)

5 pontos – Cumpre exemplarmente os horários estabelecidos, demonstrando elevado sentido de responsabilidade e compromisso.

1 ponto – Demonstra falta de pontualidade de forma recorrente e injustificada.

d. Gestão de situações de stress (20%)

5 pontos – Gere situações de stress de forma exemplar, mantendo autocontrolo, equilíbrio emocional e capacidade de decisão.

1 ponto – Demonstra incapacidade de gerir situações de stress, comprometendo o desempenho das suas funções.

4. Organizar, dinamizar e participar em outras tarefas/atividades (10%):

Atividades de promoção/divulgação da modalidade e angariação de novos praticantes, administrativas, formativas, lúdicas e/ou de âmbito social, relacionadas com o exercício da função de Treinador.

a. Coerência das tarefas/atividades organizadas e dinamizadas para com os objetivos definidos e para com o contexto (10%)

5 pontos - As atividades demonstram uma coerência com os objetivos definidores e estão perfeitamente adaptadas ao contexto e às características dos praticantes.

1 ponto - As atividades apresentam falta de nexos com os objetivos propostos ou revelam total desadequação à realidade do contexto.

b. Criatividade, originalidade e assertividade das tarefas/atividades organizadas e dinamizadas, das estratégias implementadas e dos recursos utilizados (15%)

5 pontos - Apresenta soluções criativas e originais, implementando estratégias e recursos que otimizam o envolvimento e a eficácia pedagógica.

1 ponto - Recorre a abordagens desatualizadas ou desadequadas, revelando incapacidade de selecionar estratégias e recursos úteis e originais.

c. Clareza e assertividade da comunicação estabelecida com os demais coorganizadores e participantes (15%)

5 pontos - A comunicação é exemplar, transmitindo instruções e informações com clareza, adequação e estimulando o diálogo com todos os intervenientes.

1 ponto - A comunicação é deficiente, gerando ruído, incompreensão ou conflitos com os coorganizadores e participantes.

d. Cumprimento das normas de higiene e das regras de segurança (10%)

5 pontos - Cumpre e faz cumprir todas as normas de higiene e regras de segurança, antecipando potenciais riscos e agindo preventivamente.

1 ponto - Desrespeita ou ignora recorrentemente as normas de higiene e segurança, colocando em risco a integridade física dos participantes.

e. Criação de um ambiente favorável ao desenvolvimento das tarefas/atividades propostas (15%)

5 pontos - Promove um ambiente positivo, motivador e propício à aprendizagem, facilitando o envolvimento ativo de todos.

1 ponto - O ambiente criado é tenso, desorganizado ou desmotivador, bloqueando o desenrolar normal das tarefas.

f. Concessão de iguais oportunidades de participação e de promoção da integração dos praticantes (15%)

5 pontos - Garante a inclusão de todos os participantes, adaptando as tarefas para que cada praticante tenha oportunidades equitativas de participação de acordo com as suas capacidades.

1 ponto - Discrimina ou marginaliza praticantes, promovendo a exclusão e não garantindo a igualdade de oportunidades.

g. Disponibilidade para o atendimento e apoio aos demais coorganizadores e participantes (10%)

5 pontos - Demonstra total disponibilidade, proatividade e espírito de entreaajuda para apoiar a equipa de coorganizadores e os participantes sempre que necessário.

1 ponto - Mostra-se indisponível, ausente ou relutante em prestar auxílio e apoio aos demais.

h. Reflexão crítica/autoavaliação sobre o seu desempenho no planeamento, organização, dinamização e participação em outras tarefas/atividades, apresentando propostas de melhoria (10%)

5 pontos - Realiza uma autoavaliação rigorosa do seu desempenho, identificando pontos fortes e fracos, e apresentando propostas de melhoria construtivas e exequíveis

1 ponto - Revela falta de capacidade de autocritica, não reconhecendo falhas e demonstrando desinteresse na implementação de melhorias.

3.2.2 Dossiê de Treinador

a) Atividades obrigatórias

1. Criação de um índice geral;
2. Colocação do PIE;
3. Cronograma do plano de época;
4. Planeamento de época;
5. Planos de treino referentes às fases do planeamento de época;
6. Notas com as reflexões críticas efetuadas sobre os treinos, onde constem os problemas detetados e a forma como foram resolvidos, para memória futura;

7. Registo fotográfico, com a evolução dos Arqueiros, do grupo de trabalho do Treinador Estagiário, durante a realização do estágio e aplicação do Planeamento de época;
8. Relatório das sessões de observação de treino de outros treinadores e as respetivas reflexões críticas;
9. Relatórios sobre a participação em provas oficiais ou estágios.
10. Registo das reuniões com o Tutor;
11. Documentação relativa às atividades extra treino em que o Treinador Estagiário tenha participado ou colaborado, tais como diplomas ou certificados de participação em formações, registos das atividades de Planeamento, Organização, Dinamização e Avaliação/Balanço das atividades extra treino realizadas pela Entidade de Acolhimento (documentos elaborados, registos efetuados e Relatório de Avaliação/Balanço da Atividade).

b) Critérios de avaliação

1. Adequação da estrutura que é pedida nas Atividades obrigatórias do Dossiê de Treinador (20%)

5 pontos – O Dossiê apresenta uma estrutura exemplar, contendo todos os elementos obrigatórios devidamente organizados, identificados e enquadrados, facilitando a consulta e a compreensão do trabalho desenvolvido.

1 ponto – O Dossiê apresenta uma estrutura muito insuficiente, com ausência de vários elementos obrigatórios, organização inadequada ou dificuldade significativa de consulta.

2. Refletir de forma inequívoca a totalidade do trabalho realizado durante o Estágio (40%)

5 pontos – O Dossiê documenta de forma completa, rigorosa e inequívoca todas as atividades desenvolvidas durante o estágio, evidenciando o percurso realizado, os processos implementados e os resultados obtidos.

1 ponto – O Dossiê não reflete adequadamente o trabalho realizado durante o estágio, apresentando omissões significativas ou informação insuficiente.

3. Clareza e pertinência dos conteúdos expressos no Dossiê (20%)

5 pontos – Os conteúdos apresentados são claros, objetivos, pertinentes e tecnicamente fundamentados, contribuindo para uma compreensão integral do trabalho desenvolvido.

1 ponto – Os conteúdos apresentam falta de clareza, reduzida pertinência ou insuficiente fundamentação, dificultando a compreensão do trabalho realizado.

4. Apresentação geral e facilidade de consulta do Dossiê (10%)

5 pontos – O Dossiê apresenta uma organização gráfica exemplar, com boa formatação, paginação, identificação dos documentos e elevada facilidade de consulta.

1 ponto – O Dossiê apresenta organização deficiente, formatação inadequada ou dificuldades significativas de consulta.

5. Estar atualizado (10%)

5 pontos – O Dossiê encontra-se permanentemente atualizado, refletindo de forma cronológica e sistemática

todas as atividades, documentos, reflexões e evidências produzidas ao longo do estágio.

1 ponto – O Dossiê não se encontra atualizado, apresentando lacunas temporais relevantes ou ausência de registos fundamentais do processo de estágio.

3.2.3 Relatório de Estágio

a) Atividades obrigatórias

1. Apresentar o enquadramento e contexto em que foi realizado o Estágio do Curso de Treinadores;
2. Apresentar a Estrutura e Organização do Relatório;
3. Descrição do planeamento de época, realizado pelo treinador estagiário;
4. Fazer uma análise crítica sobre o decorrer do Estágio tendo em consideração:
 - a. Os objetivos enunciados no PIE;
 - b. Ações previstas;
 - c. Grau de concretização dos objetivos previstos;
 - d. Pontos positivos e constrangimentos encontrados no decorrer do Estágio;
 - e. Aspetos de valorização pessoal e profissional obtidos pela realização do Estágio;
 - f. Relacionamento com os diversos agentes desportivos ao longo do Estágio;
 - g. Críticas e sugestões.
5. Apresentar um descritivo analítico relativo às atividades extra treino em que o Treinador Estagiário tenha participado ou colaborado, tais como participação em formações, atividades realizadas pela Entidade de Acolhimento e demonstrações, etc...

b) Critérios de avaliação

1. Apresentar de forma clara todo o trabalho realizado durante o Estágio (50%)

5 pontos – O relatório apresenta de forma clara, estruturada e rigorosa a totalidade do trabalho desenvolvido durante o estágio, incluindo o enquadramento, planeamento da época, atividades realizadas, participação em atividades extra treino e evidências do percurso formativo do treinador estagiário.

1 ponto – O relatório apresenta informação incompleta, desorganizada ou insuficiente, não permitindo compreender adequadamente o trabalho realizado durante o estágio.

0 pontos: Não cumpre a tarefa/atividade/requisito

2. A análise crítica com todos os pontos enunciados nas atividades obrigatórias (40%)

5 pontos – O relatório inclui uma análise crítica aprofundada, fundamentada e devidamente estruturada, abordando integralmente: Os objetivos definidos no PIE; As ações previstas e realizadas; O grau de

concretização dos objetivos; Os pontos positivos e os constrangimentos encontrados; Os aspetos de valorização pessoal e profissional; O relacionamento com os diversos agentes desportivos; As críticas, sugestões e propostas de melhoria. A reflexão evidencia capacidade de autoavaliação, espírito crítico e identificação de oportunidades de desenvolvimento futuro.

1 ponto – O relatório não apresenta análise crítica ou esta é muito superficial, incompleta ou desprovida de fundamentação, não contemplando a maioria dos aspetos previstos nas atividades obrigatórias.

3. Apresentação e organização do relatório (10%):

a) Estrutura e organização do relatório (25%)

5 pontos – O relatório apresenta uma estrutura exemplar, claramente definida e coerente, com sequência lógica dos conteúdos, capítulos bem organizados, índice funcional e fácil navegação. Todos os elementos obrigatórios estão devidamente integrados e articulados, facilitando uma leitura fluida e rigorosa do documento.

1 ponto – O relatório apresenta uma estrutura muito deficiente, desorganizada ou incompleta, com ausência de elementos fundamentais, fraca articulação dos conteúdos e dificuldade significativa na sua consulta e compreensão.

b) Qualidade da redação técnico-científica (65%)

5 pontos – A redação é exemplar, clara, objetiva e tecnicamente fundamentada, utilizando linguagem específica da área do treino desportivo. O texto evidencia rigor científico, coerência argumentativa, correção linguística e capacidade de análise crítica consistente.

1 ponto – A redação é muito insuficiente, pouco clara ou desorganizada, com linguagem inadequada, erros linguísticos frequentes e ausência de rigor técnico-científico, comprometendo a compreensão e credibilidade do relatório.

c) A Apresentação: Formatação dos textos (espaçamento, fonte, margens, alinhamento, etc.) (5%)

5 pontos – A apresentação está cuidada e coerente em termos de formatação da informação, mantendo homogeneidade ao longo do documento.

1 ponto – A apresentação não foi trabalhada em termos de formatação dos textos, apresentando fontes e alinhamentos diferenciados em diferentes segmentos.

d) Referências e Fontes bibliográficas de qualidade (5%)

5 pontos - Os documentos citam adequadamente todas as informações externas consultadas e as fontes consultadas na construção do mesmo são confiáveis, académicas ou reconhecidas no campo do Tiro com Arco.

1 ponto-Os documentos omitem as fontes externas consultadas ou a sua origem não é amplamente reconhecida.

3.3 Classificação final dos Estágios

A classificação final dos Estágios traduz-se na atribuição de uma classificação final de APTO e NÃO APTO.

Esta classificação resulta da avaliação efetuada aos 3 elementos de avaliação a seguir indicados de acordo com o peso relativo definido para cada um.

Elementos de Avaliação	Ponderação
1. Desempenho (no exercício concreto) da Função (DF)	60%
2. Dossiê de Treinador (DT)	30%
3. Relatório do Estágio (RE)	10%

O resultado da apreciação de cada um destes três elementos é formalizado através de uma nota numa escala de 0 a 20 valores.

Por sua vez, a nota final do Estágio é obtida através da aplicação da seguinte fórmula:

$$0,6 \times DF + 0,3 \times DT + 0,1 \times RE$$

Um resultado igual ou superior a 10 valores (com arredondamento às décimas) conduz a uma classificação final de APTO.

A classificação final do Estágio é definida pelo Júri, após apresentação pelo estagiário, analisada a proposta fundamentada apresentada por escrito pelo Tutor e validada em conjunto com o Coordenador de Estágio e um representante da Entidade Formadora, em articulação com os restantes critérios de avaliação.

4. Intervenientes no Estágio



4. Intervenientes no Estágio

4.1 Entidade Formadora

Entidade Formadora é a entidade (pública ou privada) reconhecida pelo IPDJ, IP, como reunindo condições para organizar formação no âmbito do PNFT, nomeadamente, Cursos de Treinadores.

Sem prejuízo do reconhecimento, pelo IPDJ, IP, de outras entidades formadoras, as federações desportivas são entidades formadoras no âmbito do PNFT.

Compete à Entidade Formadora a organização e a orientação geral dos Estágios e a criação de condições adequadas ao seu regular desenvolvimento.

4.1.1 Condições a cumprir pela Entidade Formadora:

1. Designar o(s) Coordenador(es) de Estágio, criando as condições necessárias para que ele possa desempenhar as tarefas mínimas inerentes à sua função;
2. Garantir a Entidade de Acolhimento para a realização do Estágio de cada Treinador Estagiário, seja por escolha própria, seja por validação de uma proposta do formando, verificando nomeadamente se estas desenvolvem atividades físicas e desportivas compatíveis e adequadas ao perfil de desempenho visado pelo Curso de Treinadores frequentado;
3. Verificar se o Tutor designado tem as necessárias qualificações para o efeito;
4. Elaborar e assegurar a assinatura de Protocolos de Estágio com as Entidades de Acolhimento;
5. Garantir que os Treinadores Estagiários e os Tutores possuem um seguro de acidentes pessoais que cubra danos causados pelas atividades de Estágio, o qual deve ser estabelecido em condições semelhantes às do Seguro Desportivo;
6. Elaborar, por intermédio do Coordenador de Estágio designado para o efeito e em conjunto com o Tutor e o Treinador Estagiário, o Plano Individual de Estágio (PIE), assegurando a respetiva assinatura por parte de todos os intervenientes;
7. Acompanhar e supervisionar, por intermédio do Coordenador de Estágio designado para o efeito, a evolução

do Treinador Estagiário e a execução do seu Plano Individual de Estágio, prestando-lhe o apoio pedagógico necessário;

8. Atribuir a classificação final do Estágio, por intermédio do Coordenador de Estágio designado para o efeito, partindo da avaliação efetuada pelo Tutor;

9. Divulgar publicamente, pelos meios disponíveis, os nomes dos formandos e/ou formandas em Estágio, com a indicação dos graus dos cursos, dos locais onde os mesmos se realizam e dos nomes dos respetivos Tutores;

10. Decidir, com o acordo do Coordenador de Estágio, sobre qualquer situação omissa no presente regulamento.

A par das obrigações que assistem às Entidades Formadoras no desenvolvimento dos Estágios (anteriormente indicadas) são recomendadas a adoção das seguintes iniciativas:

- Promover ações de formação dirigidas a Tutores e Coordenadores de Estágio com o intuito de procurar aumentar a qualidade de intervenção destes no processo de Estágio;
- Adotar a utilização de plataformas de comunicação já disponíveis na internet (ou outras) de modo a ultrapassar dificuldades operacionais de contato entre os intervenientes do Estágio, garantindo deste forma um aumento de eficácia do processo de coordenação e supervisão;
- Implementar um processo de recrutamento prévio de Entidades de Acolhimento e de Tutores que satisfaçam os padrões de qualidade exigidos e as necessidades de Estágios verificadas, criando uma Rede de Entidades de Acolhimento e de Tutores, por Grau de Qualificação;
- Implementar processos de interação entre intervenientes no processo Estágio, pela constituição de redes de partilha de saberes em plataformas acessíveis pela Internet, permitindo o contacto frequente entre os Treinadores Estagiários, os Tutores e os Coordenadores de Estágio.

4.2 Coordenador de Estágio

Coordenador de Estágio é o elemento indicado pela Entidade Formadora, responsável pela coordenação das atividades que vão ser realizadas na unidade de formação Estágio.

4.2.1 Perfil do Coordenador de Estágio:

1. Possuir conhecimentos das premissas, objetivos e orgânica do PNFT e dos Cursos de Treinadores da modalidade desportiva em causa;
2. Experiência na coordenação e orientação de estágios e/ou no ensino e desenvolvimento de programas pedagógicos no âmbito da formação de treinadores.

Ao Coordenador de Estágio compete assegurar, em articulação com os Tutores, o acompanhamento técnico-pedagógico da realização dos Estágios e atribuição da classificação final desta unidade de formação.

4.2.2 Responsabilidades do Coordenador de Estágio:

1. Validar o Plano Individual de Estágio (PIE) e acompanhar a sua execução;
2. Acompanhar os principais intervenientes do Estágio, garantindo a existência de 3 momentos (mínimo obrigatório) de contacto formal com o Treinador Estagiário e o Tutor:
 - Antes do início do Estágio;
 - Momento de Avaliação Intermédia (definido no PIE);
 - Momento de Avaliação Final e conclusão do Estágio.
3. Atribuir a classificação final do Estágio, na sequência do trabalho de avaliação efetuado com os Tutores;
4. Cumprir outras responsabilidades que lhe forem cometidas pela Entidade Formadora no garante da qualidade e bom funcionamento dos Estágios.

4.3 Entidade de Acolhimento

Entidade de Acolhimento é o clube, associação ou outra entidade que reúne condições para a realização de Estágios no quadro de um Curso de Treinadores e que se disponibiliza para receber um ou mais Treinadores Estagiários para o cumprimento desta unidade de formação.

As Entidades de Acolhimento são parte fundamental do processo de Estágio, cabendo-lhes a responsabilidade de criar e/ou disponibilizar um conjunto de condições logísticas e humanas fundamentais ao desenvolvimento e operacionalização desta componente dos Cursos de Treinadores.

Em circunstâncias muito particulares e somente para os Estágios de Grau II, em que um ou vários praticantes, quando se aplica, o(s) respetivo(s) Treinador(es), não integrem formalmente um clube, desenvolvendo a preparação desportiva num contexto diferente, a Entidade Formadora pode reconhecer este enquadramento como válido, mantendo-se, no entanto, a designação de Entidade de Acolhimento.

4.3.1 Condições gerais a cumprir pela Entidade de Acolhimento:

1. Designar o(s) Tutor(s) que possua as necessárias qualificações para desempenhar tais funções (no quadro de exigência para os diferentes graus de formação de Treinadores).
2. Caso a Entidade de Acolhimento não possua ninguém com este perfil, pode a Entidade Formadora encontrar uma pessoa a quem possa delegar esta função devendo a mesma ter a aceitação da Entidade de Acolhimento e do Treinador Estagiário;
3. Assinar o Protocolo de Estágios com a Entidade Formadora;
4. Subscrever o Plano Individual de Estágio (PIE) para o Treinador Estagiário em questão e garantir as condições que permitam a sua execução, nomeadamente:
 - a) Facilitar a realização do trabalho do Treinador Estagiário;
 - b) Garantir o acesso aos meios necessários para o desenvolvimento do Estágio;
 - c) Integrar o Treinador Estagiário nos procedimentos internos estabelecidos para os seus Treinadores.

4.3.2 Condições específicas a cumprir pela Entidade de Acolhimento:

Acresce às condições gerais a oferecer pelas Entidades de Acolhimento para o enquadramento de Estágios na modalidade desportiva em questão, o cumprimento das seguintes condições específicas:

1. O Treinador Estagiário, em representação da Entidade de Acolhimento, deve possuir um seguro desportivo;
2. Entregar ao Treinador Estagiário o equipamento oficial da Entidade de Acolhimento;
3. Incluir o Treinador Estagiário, nas reuniões da estrutura técnica da Entidade de Acolhimento, quando o tema for de encontro ao PIE.

4.4 Tutor de Estágios

O **Tutor** é o treinador que orienta, acompanha e analisa criticamente as atividades do Treinador Estagiário durante a realização do Estágio.

4.4.1 Perfil do Tutor:

1. Disponibilidade para o exercício da função;
2. Possuir CTD de grau superior ao do Treinador Estagiário para os Cursos de Treinadores de Grau I e de pelo menos a mesma qualificação quando se trate de Cursos de Treinadores de Grau II;
3. Ter conhecimentos na área pedagógica, metodológica e didática em consonância com o desempenho da função de Tutor;
4. Experiência de, pelo menos 5 anos, como Treinador na preparação e direção de praticantes e/ou equipas em quadros competitivos federados;
5. Ter reconhecido percurso profissional como Treinador;
6. Possuir uma postura ética e deontológica exemplar.

4.4.2 Perfil específico do Tutor:

Acresce aos elementos que constituem o Perfil do Tutor, atrás referidos, os seguintes:

1. Estar em atividade na modalidade nas 3 últimas épocas como Treinador.
2. Conhecer o Plano Nacional de Formação de Treinadores.

No cumprimento do papel fundamental que o Tutor desempenha no desenvolvimento e no êxito do processo de Estágio, deve ser garantido um conjunto de premissas de atuação quer ao nível da orientação e da supervisão dos Treinadores Estagiários, quer ao nível da execução das obrigações regulamentares de realização dos Estágios.

4.4.3 Responsabilidades e obrigações específicas do Tutor:

1. Elaborar, em conjunto com o Coordenador de Estágio e o Treinador Estagiário, o Plano Individual de Estágio (PIE);
2. Acompanhar, supervisionar e orientar a evolução do Treinador Estagiário e a execução do PIE, nomeadamente através da observação de treinos e de competições (quando aplicável);

3. Apoiar a preparação dos planos de época e das unidades de treino a ministrar pelo Treinador Estagiário;
4. Apoiar o Treinador Estagiário no levantamento das questões a analisar e no estabelecimento de metodologias a seguir;
5. Organizar a observação e recolher informação das situações treino e de competição (se for caso disso) para análise nas sessões de tutoria;
6. Estimular o desenvolvimento da capacidade de raciocínio crítico e de reflexão sobre a prática do Treinador Estagiário;
7. Apoiar o Treinador Estagiário na elaboração e desenvolvimento do Dossiê de Treinador e do Relatório de Estágio;
8. Avaliar o Estágio e propor ao Coordenador de Estágio a respetiva classificação.

São ainda responsabilidades e obrigações específicas dos Tutores no âmbito dos Estágios de Grau I, as seguintes:

1. Informar o Coordenador sobre situações que coloquem em causa a realização do Estágio conforme previsto no PIE;
2. Reunir com o Coordenador ou a Entidade de Acolhimento, sempre que solicitado, para prestar informação sobre o decorrer dos trabalhos de Estágio.
3. Apresentar um relatório mensal, sobre o trabalho desenvolvido com o TE, ao Coordenador de Estágio.

Para além das responsabilidades às quais estão obrigados os Tutores (acima indicadas), é ainda recomendado que sejam adotadas as seguintes formas de atuação:

- Proporcionar ao Treinador Estagiário um bom enquadramento na Entidade de Acolhimento, facilitando o conhecimento sobre o ambiente no qual está integrado, assim como sobre prioridades, costumes, modelos, instituições e estruturas que com ela se relacionam;
- Aconselhar o Treinador Estagiário na concretização dos seus objetivos, visando o seu desenvolvimento interpessoal, psicossocial, educacional e profissional (o significado crucial desta função está ligado à relação de suporte entre um Treinador mais experiente, e outro, em formação);
- Estabelecer uma relação aberta com o Treinador Estagiário, através de um diálogo franco e sincero valorizando a capacidade para ouvir as suas posições, os seus juízos e os seus valores, questionando as justificações para a sua formulação e contribuindo para a sua reformulação, quando não corresponderem ao desejado.

4.5 Treinador Estagiário

O **Treinador Estagiário** é o formando de um Curso de Treinadores, que, tendo completado a parte curricular (formação geral e específica), vai realizar o Estágio intervindo na orientação/condução da preparação dos praticantes nas etapas de formação para as quais o curso que está a frequentar lhe confere competências.

Compete ao Treinador Estagiário aceitar, empenhar-se e cumprir as tarefas necessárias à realização do Estágio, designadamente, as definidas no Plano Individual de Estágio (PIE).

4.5.1 Responsabilidades e obrigações do Treinador Estagiário:

1. Elaborar, em conjunto com o Coordenador de Estágio e o seu Tutor, o PIE;
2. Cumprir o programa de trabalho previsto no PIE no exercício da função de Treinador;
3. Participar nas reuniões de acompanhamento e avaliação do Estágio;
4. Receber e cumprir as orientações do Coordenador de Estágio e do seu Tutor, no âmbito do programa de trabalho previsto, respeitando os seus aconselhamentos;
5. Recolher e organizar informação detalhada sobre o seu desempenho, elaborando o Dossiê de Treinador;
6. Elaborar o Relatório de Estágio de acordo com a orientação estabelecida pela Entidade Formadora;
7. Seguir as normas de discrição e reserva no acompanhamento das atividades de preparação desportiva e na tratamento e utilização dos dados/informações que lhe forem facultadas.

5. Documentos de Estágio



5. Documentos de Estágio

5.1 Protocolo de Estágio (modelo: Anexo A)

A concretização do Estágio será antecedida pelo estabelecimento de um Protocolo de Estágio enquadrador, celebrado entre a Entidade Formadora e a Entidade de Acolhimento.

No Anexo A do presente documento é apresentado um modelo de protocolo a utilizar pelas Entidades Formadoras, o qual deve ser posteriormente trabalhado de acordo com o caso em presença, admitindo-se a diversificação das suas cláusulas, em função quer da especificidade do perfil de desempenho do Treinador face ao Grau de Formação em questão, quer das características próprias da modalidade e da Entidade de Acolhimento.

Este documento, uma vez firmado, deve prever a continuidade da sua aplicação em futuras situações, salvo se houver a manifestação em contrário de uma das partes.

O Protocolo de Estágio inclui as responsabilidades das partes envolvidas e as normas gerais de funcionamento do Estágio.

5.2 Plano Individual de Estágio (modelo: Anexo B)

O Estágio desenvolve-se segundo um Plano Individual de Estágio (PIE), elaborado para cada Treinador Estagiário, cuja proposta de modelo se encontra no Anexo B do presente documento e que traduz os aspetos mais relevantes da atividade que estes se comprometem realizar.

Na planificação do Estágio intervêm o Coordenador de Estágio, o Tutor e o Treinador Estagiário, devendo o PIE identificar:

1. Os objetivos específicos definidos para o Estágio na modalidade em causa, necessariamente respeitando os objetivos gerais inicialmente estabelecidos;
2. Os conteúdos a abordar;
3. A programação das atividades;
4. Os intervenientes na realização do Estágio;
5. O período ou períodos em que o Estágio se realiza, fixando as datas de início e fim do Estágio;
6. O local ou locais de realização das atividades.

O Plano Individual de Estágio pode ser revisto durante a sua realização, fruto da apreciação que for feita à sua execução, tanto pelos Treinadores Estagiários como pelos Tutores.

O Plano Individual de Estágio inclui, na sua estrutura, os elementos essenciais da realização do Estágio, pelo que a sua execução será um elemento determinante para que o Estágio seja considerado válido. Neste sentido, o PIE terá de ser concretizado, em termos de objetivos e atividades, numa taxa mínima de 80% para que o Estágio possa ser considerado válido.

5.3 Relatório de Estágio

O Relatório de Estágio deve conter um relato global do percurso percorrido pelo Treinador em formação durante o Estágio e uma análise crítica do próprio Treinador à sua participação e envolvimento durante esse percurso. O Relatório de Estágio deverá abordar as diferentes fases do Estágio (integração, desenvolvimento e conclusão), considerando as atividades desenvolvidas e as competências pessoais e profissionais adquiridas, relevando particularmente os aspetos fundamentais que resultam da análise crítica efetuada pelo Treinador Estagiário às tarefas desempenhadas.

Embora competindo ao Treinador Estagiário a elaboração do Relatório de Estágio, tanto o Tutor como o Coordenador de Estágio devem prestar a colaboração necessária para a realização desta tarefa.

O Relatório de Estágio deve contemplar os seguintes elementos:

1. Enquadramento do Estágio no Curso de Treinadores e uma referência sucinta ao modo como o relatório está organizado;
2. Identificação dos objetivos do Estágio e um comentário breve ao seu grau de concretização;
3. Relato global crítico do percurso percorrido durante o Estágio, em que seja feita uma análise caracterizadora da Entidade de Acolhimento; a descrição das funções e responsabilidades do Treinador Estagiário; a descrição resumida das principais tarefas e atividades desenvolvidas;
4. Apreciação crítica ao processo de Estágio no desenvolvimento pessoal e profissional do Treinador Estagiário, abordando a relação com os diferentes intervenientes e a forma como decorreu o processo de integração na Entidade de Acolhimento.

O relatório terá uma dimensão de referência de 10-15 páginas.

5.4 Dossiê de Treinador

Ao longo do desenvolvimento do Estágio o Treinador Estagiário deve proceder à organização do Dossiê de Treinador, tal como foi abordado na parte curricular do curso, enquanto memória de práticas e elemento de consulta permanente, que discrimine as atividades desenvolvidas e a autoavaliação que delas resultar.

Se o Relatório de Estágio contempla uma análise subjetiva e de crítica ao trabalho desenvolvido durante a época desportiva de Estágio, o Dossiê de Treinador contém o conjunto de elementos e informações que demonstram o que efetivamente foi realizado naquele período.

Embora surja como elemento importante para a avaliação do Estágio, o Dossiê de Treinador não é um documento elaborado para o Estágio, mas antes, um documento indispensável ao Treinador em exercício e que ele, no futuro, continuará a utilizar, naturalmente sujeito ao aperfeiçoamento progressivo que for introduzindo.

Durante a formação curricular (formação geral e formação específica) o Treinador recebeu informações sobre o conteúdo deste documento. Agora, no Estágio, irá viver um momento (no curso de Grau I será a sua primeira experiência nesta matéria) em que o irá concretizar, beneficiando tanto das propostas que a Entidade Formadora lhe possa apresentar, como da experiência e do aconselhamento do Tutor.

c. Anexos



Anexo A Modelo de Protocolo de Estágios

PROTOCOLO DE ESTÁGIOS

Entre,

Entidade Formadora:

Entidade de Acolhimento:

É celebrado o presente Protocolo de Estágios que se subordinará às cláusulas seguintes:

Cláusula Primeira

O presente protocolo tem por objetivo estabelecer, entre as duas entidades, as bases da cooperação para a realização de Estágios dos Cursos de Treinadores ministrados pela (Identificação Entidade Formadora), nos termos da Lei n.º 106/2019, de 6 de setembro, e do Regulamento de Estágios.

Cláusula Segunda

O(s) Estágio(s) é(são) supervisionado(s) e visa(m) a consolidação de competências técnicas, relacionais e organizacionais relevantes para o perfil de desempenho à saída dos Cursos de Treinadores.

Cláusula Terceira

O (Identificação Entidade de Acolhimento) compromete-se a:

- Acolher na sua organização o(s) Treinador(es) Estagiário(s) da Entidade Formadora, colocando à disposição os meios humanos, técnicos e de ambiente de trabalho necessários à organização, acompanhamento e avaliação da sua formação prática;
- Indicar ou aceitar um Tutor, enquanto Treinador com qualificação superior à do(s) Treinador(es) Estagiário(s) (ou igual, a partir do Grau II).

Cláusula Quarta

A (Identificação Entidade Formadora) compromete-se a:

- Designar o Coordenador de Estágio que trabalhará em estreita articulação com o(s) Tutor(es), assegurando a ligação à Entidade de Acolhimento, e acompanhará a execução do(s) Plano(s) Individual(ais) de Estágio;
- Garantir que o(s) formando(s) durante o Estágio cumprem as obrigações decorrentes do presente protocolo, respeitando os aconselhamentos do(s) seu(s) Tutor(es) e realizam as suas tarefas com zelo e responsabilidade, guardando o sigilo e lealdade que se exige aos restantes colaboradores da Entidade de Acolhimento;
- Assegurar ao(s) Treinador(es) Estagiário(s) e Tutor(es) um seguro de acidentes pessoais, com as mesmas condições do Seguro Desportivo.

Cláusula Quinta

Ambas as entidades promovem o desenvolvimento do Estágio de acordo com a seguinte tipologia de percurso:

- a) O(s) Estágio(s) correspondem ao exercício da função de Treinador durante uma época desportiva;
- b) O(s) Estágio(s) decorre(m) segundo um Plano Individual de Estágio (PIE), estabelecendo, entre outros, os objetivos específicos, o conteúdo, a programação, o período, horário e local(ais) de realização das atividades, as formas de monitorização e acompanhamento do(s) Treinador(es) Estagiário(s);
- c) As duas entidades, por intermédio do(s) Coordenador(es) de Estágio e do(s) Tutor(es), acordam em reunir pelo menos em 3 momentos (antes do início do Estágio, avaliação intermédia e avaliação final) para análise conjunta da preparação, implementação e resultados dos Estágios;
- d) As duas entidades, por intermédio do(s) Coordenador(es) e do(s) Tutor(es), acompanham e supervisionam a evolução do(s) Treinador(es) Estagiário(s) e a execução dos respetivo(s) Plano(s) Individual(is) de Estágio;
- e) As duas entidades, por intermédio do(s) Coordenador(es) e do(s) Tutor(es), avaliam o desempenho do(s) Treinador(es) Estagiário(s) e definem a sua(s) classificação(ões) no(s) Estágio(s), a integrar na classificação(ões) final(is) do(s) curso(s).

Cláusula Sexta

As situações omissas, dúvidas de interpretação ou lacunas do presente protocolo serão decididas por acordo entre as partes.

Cláusula Sétima

Este protocolo tem a validade de 1 ano sendo renovado por iguais períodos, se não for denunciado por nenhuma das partes com um mês de antecedência em relação ao termo da sua validade.

(Local), _____ de _____ de _____

A Entidade Formadora

A Entidade de Acolhimento

(Nome e cargo)

(Nome e cargo)

Anexo B Modelo de Plano Individual de Estágio

PLANO INDIVIDUAL DE ESTÁGIO

DATA: ____/____/____

CURSO DE TREINADORES DE: GRAU: **ESTAGIÁRIO/A:**

ENTIDADE FORMADORA:

ENTIDADE DE ACOLHIMENTO:

COORDENADOR/A DE ESTÁGIO:

TUTOR/A:

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DO ESTÁGIO

Data de Início: ____ / ____ / ____ Data de Fim: ____ / ____ / ____

OBJETIVOS E ATIVIDADES (Grandes Tarefas) DO
ESTÁGIO Objetivos do Estágio

- 1.
- 2.
- 3.
- (...)

Atividades (Grandes tarefas) do Estágio

- 1.
- 2.
- 3.
- (...)

Atividades (Grandes tarefas) do Estágio	Subtarefas	Data de Início	Data de Conclusão
1.	1.1		
	1.2		
	1.n		
2.	2.1		
	2.n		
n	n.n		

(...)

Avaliação Intermédia - Data: ____/____/____

Entrega do Relatório de Estágio e do Dossiê de Treinador - Data: ____/____/____

(Local), ____ de ____ de ____

O /A Coordenador/a de Estágio

O/A Tutor/a

O/A Treinador/a Estagiário/a

(Nome)

(Nome - CTD Nº)

(Nome)

