

Regulamento de
ESTÁGIOS
Karate

Graus 



Regulamento de
ESTÁGIOS
Karate

Graus



Edição: Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P.

Conteúdos: Federação Nacional de Karate - Portugal
Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P.

Data: Dezembro'14

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 refere-se 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	10
1.3 Duração dos Estágios	10
2. Planeamento e operacionalização dos Estágios	11
2.1 Objetivos gerais	12
2.2 Outros objetivos dos Estágios (Específicos da Modalidade)	13
2.3 Estrutura organizacional	15
2.4 Condições específicas de realização dos Estágios	16
3. Avaliação dos Estágios	24
3.1 Metodologia, critérios e responsabilidades na avaliação	25
3.2 Critérios e Atividades de avaliação obrigatórias (Específicos da Modalidade)	26
3.3 Classificação Final dos Estágios	33
4. Intervenientes nos Estágios	34
4.1 Entidade Formadora	35
4.2 Coordenador de Estágios	37
4.3 Entidade de Acolhimento	38
4.4 Tutor de Estágios	39
4.5 Treinador Estagiário	42
5. Documentos de Estágio	43
5.1 Protocolo de Estágios	44
5.2 Plano Individual de Estágio	45
5.3 Relatório de Estágio	46
5.4 Dossiê de Treinador	47
C. Anexos	48
Anexo A - Protocolo de Estágio	49
Anexo B - Plano Individual de Estágio	51



A. Preâmbulo



A. Preâmbulo

Com a entrada em vigor do novo enquadramento legal do regime de acesso e exercício da atividade de treinador de desporto e a apresentação do Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT) foram criado um novo paradigma para a formação dos treinadores em Portugal.

A aplicação do PNFT em toda a sua dimensão vai obrigar a uma transformação, em alguns casos muito significativa, na forma como se estrutura, organiza e certifica a formação de Treinadores, provocando, em todos os intervenientes, mudanças de atitude e de funcionamento por vezes muito sensíveis, mas que são indispensáveis ao sucesso deste programa.

A organização dos cursos representa uma das áreas em que se verificam maiores mudanças, nomeadamente pelo facto de cada Curso de Treinadores passar a integrar a realização de um Estágio, cuja avaliação com aproveitamento é necessária para a conclusão do curso, permitindo então ao formando adquirir o direito à posse da respetiva Cédula de Treinador de Desporto.

O Estágio é, assim, uma parte integrante do Curso de Treinadores, surgindo como elemento essencial para a sua necessária homologação, juntando-se aos referenciais de formação geral e aos referenciais de formação específica nesta dimensão.

Para que o Estágio 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 e II 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

Federação Nacional de Karate – Portugal



B. Nota Prévia

Federação Nacional de Karate - Portugal

O Estágio, enquanto componente de formação prática em exercício, é uma dimensão fundamental na medida em que se assume como ferramenta para a aquisição, através da experiência tutorada, das diferentes competências associadas à responsabilidade pedagógica do treinador de Karate.

O presente Regulamento apresenta as orientações para o desenvolvimento da componente de Estágio no âmbito da formação de Treinadores de Karate, de acordo com os desígnios estabelecidos pelo Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P. (IPDJ, IP) e a Agência Nacional de Qualificações e Educação Profissional (ANQEP).

Os Cursos de Treinadores revelam-se cada vez mais prementes na realidade evolutiva e transformativa das práticas desportivas e das relações sociais, com vista ao aumento dos níveis de qualificação dos Treinadores de Karate, estimulando a abertura da modalidade, práticas desportivas adaptadas, inclusão social e o desenvolvimento de saberes técnico-pedagógicos.

Este regulamento visa, igualmente, definir princípios orientadores para a organização e gestão dos Estágios dos Cursos de Formação de Treinadores de Karate de Grau I e II. Neste incluem-se regras e normas sobre os procedimentos, funcionamento e avaliação para os seus intervenientes: Treinadores Estagiários, Coordenadores e Tutores dos estágios.

As normas de Estágio expressas destinam-se unicamente aos Cursos de Treinadores de Grau I e II, tendo as mesmas características singulares consoante a formação e o nível de autonomia destes graus de formação especializada.

O cumprimento deste Regulamento de Estágio é condição essencial para o reconhecimento e aprovação da componente de formação em questão.



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 do 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 Tutores 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 (ou igual, a partir do Grau II), 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.

Estes percursos têm uma duração própria, definida em função do Grau de Treinador considerado e que deverá ser encarada como uma orientação geral a seguir por todos os intervenientes, e que por norma corresponde ao exercício da função de Treinador durante 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 dos Estágios



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 e II, os seguintes:

Estágios de Grau I

- No âmbito da Educação Ambiental, desenvolver a sua atividade aplicando as medidas necessárias à redução do impacto ambiental, centrando o praticante nesta problemática;
- Aprender regras e procedimentos de organização dos treinos para praticantes de Karate;
- Adquirir experiência na interação entre praticantes de graduações distintas;
- Aplicar e distinguir diferentes práticas de treino;
- Utilizar adequadamente recursos logísticos;
- Assistir o Treinador de Grau superior no decorrer dos treinos;
- Apoiar o Treinador de Grau superior no planeamento, desenvolvimento e avaliação dos praticantes e dos treinos;
- Refletir sobre a sua ação técnico-pedagógica e o seu desenvolvimento profissional e pessoal, com abertura à mudança e à transformação;
- Participar na dinamização do clube no âmbito da comunidade;
- Desenvolver um trabalho ético e deontologicamente sustentado;
- Utilizar as ferramentas pedagógicas e didáticas necessárias para uma prática inclusiva;
- Assumir responsabilidade nas Etapas de Desenvolvimento curricularmente previstas (Iniciação e Orientação) desde que enquadrado por treinador de grau superior.

Estágios de Grau II

- Desenvolver regras e procedimentos de organização dos treinos para praticantes de Karate;
- Reconhecer contributos de investigação em Karate sobre a condução de treinos;
- Aplicar e distinguir diferentes práticas de treino;
- Utilizar adequadamente recursos logísticos;



- Assumir responsabilidade e autonomia no planeamento, desenvolvimento e avaliação dos praticantes e dos treinos;
- Refletir sobre a sua ação técnico-pedagógica e o seu desenvolvimento profissional e pessoal, com abertura à mudança e à transformação;
- Mobilizar conhecimentos que promovam a qualidade pedagógica e desportiva dos treinos, com rigor e de forma estruturada, apoiando-se na investigação;
- Aplicar conhecimentos técnicos e metodologias de treino apropriadas aos escalões etários e às graduações dos praticantes, com suporte científico;
- Desenvolver e dinamizar atividades de caráter técnico e social que dinamizem o clube de acolhimento e a comunidade de prática envolvida.
- Desenvolver um trabalho ético e deontologicamente sustentado;
- Utilizar as ferramentas pedagógicas e didáticas necessárias para uma prática inclusiva;
- Orientar os praticantes para as diferentes situações agonísticas que se adequem às suas especificidades e objetivos;
- Assumir responsabilidade nas Etapas de Desenvolvimento curricularmente previstas (Especialização e Manutenção) enquadrando a sua intervenção relativamente aos Treinadores de Grau inferior e superior.



2.3 Estrutura organizacional

Os Estágios decorrem após a conclusão com aproveitamento da componente curricular (parte geral e parte 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 e II 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 e II, o cumprimento das seguintes premissas operacionais:

Estágios de Grau I

Condução de sessões de treino

Nº mínimo de horas dedicadas à condução de sessões de treino: **190 horas**

Caraterização do contexto de intervenção

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

- Etapas de Iniciação;
- Etapas de Orientação;
- Etapas de Manutenção.

Atividades Específicas dos Estágios

Independentemente de outras atividades que possam vir a ser definidas pelos vários intervenientes no processo de Estágio, designadamente, Entidades Formadoras, Entidades de Acolhimento, Tutores e Treinadores Estagiários, são atividades obrigatórias a desenvolver no âmbito do Plano Individual de Estágio (PIE), as seguintes:

1. Elaborar o Plano Individual de Formação que deverá servir de guia para toda a atividade do/a Estagiário/a;
2. Observar os treinos liderados pelo Tutor;
3. Coadjuvar os treinos nas Etapas Especialização e Manutenção;
4. Assumir a responsabilidade das Etapas Iniciação e Orientação sob orientação de Treinador/a de grau superior;
5. Apoiar na elaboração dos planos de treino (exercício, sessão e unidade didática de treino) e respetivo relatório de autoavaliação (autoscopia);
6. Elaboração do Dossiê de Treinador, onde deverá incluir toda a atividade desenvolvida, bem como a sua monitorização e avaliação;
7. Responsabilizar-se no controlo administrativo dos praticantes;



8. Dinamizar e organizar atividades complementares, com caráter técnico e social na comunidade;
9. Participação e reflexão em atividades formativas, enquadrando-as no âmbito do Estágio;
10. Realização de Relatório Final de Estágio, confrontando a atividade desenvolvida com o planeamento efetuado no início do Estágio e respetivo Plano Individual de Estágio.
11. Frequentar formação contínua, organizada pela Entidade Formadora e por outras entidades, nestas últimas relacionadas com atividades desportivas.

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

- Após seleção e aceitação dos locais de treino, será destacado, juntamente com o/a Coordenador/a de Estágio, um/a Tutor/a por contexto de prática de treino.
- Os Treinadores Estagiários de Grau I devem organizar-se em grupos com dois elementos cada (díade) para que a partilha de conhecimentos, reflexões e supervisão da planificação/ação sejam amplamente percebidas e implementadas.
- Com o intuito de apreender diferentes realidades de treino, os Treinadores Estagiários de Grau I terão que realizar o seu Estágio em dois contextos distintos*, focando a Etapa de Desenvolvimento de Iniciação, Orientação e/ou Manutenção.

- O Estágio decorre em duas etapas distintas:

A primeira etapa desenvolver-se-á, sensivelmente, entre três a quatro meses (95h) de prática num contexto de treino;

A segunda etapa realiza-se entre três a quatro meses (95h) de prática noutro contexto de treino.

- Cada etapa do Estágio implica dois períodos de contato com o treino, os formandos iniciam a sua intervenção ainda dirigida pelo/a Tutor/a, transitando progressivamente para uma perspetiva interventiva autónoma nas práticas de treino.

- Planificação do Estágio em contexto de prática:

- Contexto de Prática de Treino I (entre 3/4meses):

Fase 1: Intervenção dirigida - 45h;

Fase 2: Intervenção - 50h;

Total CPT-I: 95h.

* Estes diferentes contextos podem ser considerados em dois centros de prática distintos ou em duas etapas diferentes, num mesmo centro de prática.



- Contexto de Prática de Treino II (entre 3/4meses):
 - Fase 1: Intervenção dirigida - 45h;
 - Fase 2: Intervenção - 50h;
 - Total CPT -II: 95h;
 - Contato direto num total de 190 horas.
- O Treinador Estagiário de Grau I deverá manter o contato presencial com o(s) seu(s) Tutor(es), pelo menos uma vez por semana, isto é, 40h presenciais ao longo das duas fases do seu Contexto de Prática de Treino (CPT I e II).
 - Contato com o Tutor (total de 80h):
 - Contexto de Prática de Treino - I (CPT-I):
 - Presencial - 20h;
 - Não Presencial - 20h.
 - Contexto de Prática de Treino - II (CPT-II):
 - Presencial - 20h;
 - Não Presencial - 20h.
 - Em articulação com a Entidade Formadora, o/a Treinador/a Estagiário de Grau I deve realizar reuniões mensais com o Coordenador de Estágio e com a sua Díade (D).
 - Articulação entre o/a Coordenador/a de Estágio, o/a Treinador/a Estagiário/a e a Díade (total de 40h):
 - Contexto de Prática de Treino - I (CPT-I):
 - Presencial - 5h;
 - Não Presencial - 15h.
 - Contexto de Prática de Treino - II (CPT-II):
 - Presencial - 5h;
 - Não Presencial - 15h.
 - O/A Coordenador/a poderá realizar observações ao CPT-I e/ou CPT-II dos Treinadores Estagiários de Grau II de modo a apreender as intervenções que são realizadas.
 - O Estágio do/a Treinador/a de Karate de Grau I deve fazer-se acompanhar de dois trabalhos com carácter teórico-prático, os quais devem ser elaborados e monitorizados ao longo do período de Estágio e entregues na Entidade Formadora no seu final, devendo estar integrado neste as seguintes ações:
 - Dossiê de Treinador (documentação produzida ao longo do Estágio) deverá incluir:
 - O plano de atividades, a programação dos ciclos e unidades de treino, das sessões e as respetivas au-



toscopias;

- O Plano Individual de Estágio apresentado no início da atividade, com indicação dos objetivos cumpridos;
- Um Portefólio Reflexivo sobre as temáticas abordadas ao longo do Estágio, as quais deverão ser observadas nos Objetivos Específicos (ponto 2.2.);
- O registo de todas as reuniões e atividades administrativas e de planificação levadas a cabo durante o Estágio.
- Relatório de Estágio deverá ser apresentado nos momentos de avaliação determinados, integrando num só documento:
 - Avaliação de toda a atividade do/a Estagiário/a, considerando os objetivos e ações previstas no Plano de Atividades e no Plano Individual de Estágio.
- No decorrer do Estágio, o/a Treinador/a Estagiário/a deverá participar, obrigatoriamente, nos Seminários de acompanhamento da Coordenação de Estágio como espaço orientador das suas práticas e de envolvimento técnico, perfazendo um total de 50 horas. Estas 50 horas incluem a preparação dos trabalhos e comunicações a apresentar no âmbito deste Seminário. Estes Seminários são dinamizados centralmente pela entidade formadora e decorrem no princípio, meio e final da época desportiva.
- Complementando a sua formação teórica com a frequência de, pelo menos, uma ação de formação organizada pela Entidade Formadora (ou um mínimo de 5 horas de formação).
- O Estágio de Treinador/a de Grau I deverá ainda incluir a participação na dinamização de uma ou mais atividades de relação entre o clube e a comunidade (exibições, ocasiões festivas, protocolos com entidades de ação social, ...), as quais deverão ser indicadas no Plano Individual de Estágio de forma a que possam ser aprovadas pelo/a Coordenador/a de Estágio (reconhecendo-se um máximo de 70 horas).
- As atividades administrativas e de planeamento, a sua conceção e também monitorização ao longo do Estágio, são também reconhecidas como horas para o cumprimento do Estágio (podendo ser reconhecidas até um máximo de 20 horas).
- O Estagiário deverá ainda apresentar um mínimo de 5 horas de formação obtidas noutros contextos da atividade desportiva ou que com ela se relacionem de alguma forma (congressos científicos, ações de formação, fóruns, workshops, etc.).

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).



Estágios de Grau II

Condução de sessões de treino

Nº mínimo de horas dedicadas à condução de sessões de treino: **270 horas**

Caraterização do contexto de intervenção

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

- Etapas de Especialização.

Atividades Específicas dos Estágios

Independentemente de outras atividades que possam vir a ser definidas pelos vários intervenientes no processo de Estágio, designadamente, Entidades Formadoras, Entidades de Acolhimento, Tutores e Treinadores Estagiários, são atividades obrigatórias a desenvolver no âmbito do Plano Individual de Estágio (PIE), as seguintes:

1. Elaborar Plano Individual de Formação que deverá servir de guia para toda a atividade do/a estagiário/a;
2. Observar os treinos liderados pelo Tutor;
3. Coadjuvar os treinos nas Etapas Especialização e Manutenção;
4. Assumir a responsabilidade das Etapas Iniciação e Orientação sob orientação de Treinador de grau superior;
5. Elaborar plano de treinos (exercício, sessão e unidade didática de treino) e respetivo relatório de autoavaliação (autoscopia);
6. Elaboração do Dossiê de Treinador, onde deverá incluir toda a atividade desenvolvida, bem como a sua monitorização e avaliação;
7. Responsabilizar-se no controlo administrativo dos praticantes;
8. Dinamizar e organizar atividades complementares, com carácter técnico e social na comunidade;
9. Participação e reflexão em atividades formativas, enquadrando-as no âmbito do Estágio;
10. Realização de Relatório Final de Estágio, confrontando a atividade desenvolvida com o planeamento efetuado no início do Estágio e respetivo Plano Individual de Estágio.
11. Frequentar formação contínua, organizada pela entidade formadora e por outras entidades, nestas últimas relacionadas com atividades desportivas.

Outras condições a cumprir na realização dos Estágios de Grau II:

- Após seleção e aceitação dos locais de treino, será destacado, juntamente com o/a Coordenador/a de Estágio, um/a Tutor/a de acordo com o contexto de prática de treino.



- Os Treinadores Estagiários de Grau II realizarão o seu Estágio em centros de prática da modalidade de Karate, sendo que o seu papel deverá ser em torno da aquisição progressiva de autonomia e para tal terá que cumprir duas fases distintas, focadas nas Etapas de Desenvolvimento de Orientação, Especialização ou Manutenção.
- A realização de intervenções em dois contextos, sendo que os contextos de prática devem ser percebidos como as diferentes fases de treino (p. ex.: CPT – I foco das práticas do Estágio na Etapa de Especialização; CPT – II foco na Etapa de Manutenção) permite aos formandos estagiários apreender e agir adequadamente em realidades diversificadas.
- Os Treinadores Estagiários de Grau II iniciarão a sua atividade numa perspetiva de auxiliar o/a Treinador/a de grau superior transitando, progressivamente, para o principal interventor no seu projeto educativo, no centro de prática.
- Plano de Estágio – Treinador de Karate de Grau II
 - Contexto de Prática de Treino - I (entre 4/5meses)
 - Fase 1: Intervenção dirigida - 65h
 - Fase 2: Intervenção - 70h
 - CPT -I total de 135h
 - Contexto de Prática de Treino - II (entre 4/5meses)
 - Fase 1: Intervenção dirigida 65h
 - Fase 2 : Intervenção 70h
 - CPT -II total de 135h
- Contato direto num total de 270h
- O/A Treinador/a Estagiário/a de Grau II deverá intervir com diferentes níveis de complexidade, quer com crianças em diferentes fases do seu desenvolvimento físico, cognitivo e socioafetivo, quer com a introdução de atividades de prática de competição.
- Caso o Treinadores Estagiários de Grau II desenvolvam a sua prática num único local de estágio, deverá realizar o seu Estágio em duas Etapas de Desenvolvimento, coerentemente enquadradas no seu plano de atividades e no seu Relatório de Estágio.
- Deverão desenvolver, no decorrer do seu Estágio, um projeto desportivo de investigação enquadrado numa vertente pedagógica. Este projeto deverá incluir o necessário tratamento científico da temática em questão, consubstanciado na realização de um estudo que inclua as evidências teóricas na área, a aplicação do estudo, a discussão dos resultados e as conclusões, podendo ser aplicado na comunidade em que os Treinadores Estagiários desempenham as suas funções (este estudo implica o reconhecimento máximo de 50 horas).



- Os Treinadores Estagiários de Grau II devem realizar reflexões contínuas perante a bibliografia que analisam, na temática das Artes Marciais & Desportos de Combate, em concreto do Karate, as quais devem estar integradas no portefólio reflexivo e refletidas no Projeto Desportivo de Investigação.
- O contato com a tutoria deve ser mantida com a regularidade, pelo menos uma vez por semana, no mínimo 32 horas presenciais. Possibilitando a partilha formal entre 1 hora a 2 horas por semana, entre Treinador/a Estagiário/a de Grau II e o/a Tutor/a.
 - Contato com o Tutor (total de 120h):
 - Contexto de Prática de Treino - I (CPT-I):
Presencial - 40h;
Não Presencial - 20h.
 - Contexto de Prática de Treino - II (CPT-II):
Presencial - 40h;
Não Presencial - 20h.
- Em articulação com a Entidade Formadora, o/a Treinador/a Estagiário de Grau I deve realizar reuniões mensais com o Coordenador de Estágio e com a sua Díade (D).
 - Articulação entre o/a Coordenador/a de Estágio e o/a Treinador/a Estagiário/a (total de 120h):
 - Contexto de Prática de Treino - I (CPT-I):
Presencial - 15h;
Não Presencial - 45h.
 - Contexto de Prática de Treino - II (CPT-II):
Presencial - 15h;
Não Presencial - 45h.
- A coordenação do estágio poderá realizar observações no decorrer dos processos de intervenção a serem desenvolvidos pelos Treinadores Estagiários de Grau II, obtendo uma supervisão das ações em CPT.
- O Estágio do/a Treinador/a de Karate de Grau II deve fazer-se acompanhar de dois trabalhos com carácter teórico-prático os quais devem ser elaborado e monitorizados ao longo do período de Estágio e entregues à Entidade Formadora no seu final, devendo estar integrado neste as seguintes ações:
 - Dossiê de Treinador (documentação produzida ao longo do Estágio):
 - O Dossiê de Treinador deverá incluir o plano de atividades, a programação dos ciclos e unidades de treino, das sessões e as respetivas autoscopias;
 - O Dossiê de Treinador deverá incluir o Plano Individual de Estágio apresentado no início da atividade, com indicação dos objetivos cumpridos;



- O Dossiê de Treinador deverá incluir um Portefólio Reflexivo sobre as temáticas abordadas ao longo do Estágio, as quais deverão ser observadas nos Objetivos Específicos (ponto 2.2.);
- O Dossiê de Treinador deve incluir o registo de todas as reuniões e atividades administrativas e de planificação levadas a cabo durante o Estágio;
- O Dossiê de Treinador deverá incluir o Projeto desportivo (investigação no âmbito do Karate).
- Relatório de Estágio deverá ser apresentado nos momentos de avaliação determinados, integrando num só documento:
 - Avaliação de toda a atividade do Estagiário, considerando os objetivos e ações previstas no Plano de Atividades e no Plano Individual de Estágio.
- No decorrer do Estágio, o/a Treinador/a Estagiário/a de Grau II deverá participar, obrigatoriamente, nos Seminários de acompanhamento, perfazendo um total de 75 horas, como espaço orientador das suas práticas e de envolvimento técnico. Estas 75 horas incluem a preparação dos trabalhos e comunicações a apresentar no âmbito deste seminário. Estes Seminários são dinamizados centralmente pela entidade formadora e decorrem no princípio, meio e final da época desportiva.
- Com base na continuidade da sua formação teórica, enquanto complemento à formação prática, os Treinadores Estagiários de Grau II deverão frequentar pelo menos em duas ações de formação organizadas pela entidade (ou um mínimo de 10h de formação obtida).
- O Estágio de Treinador de Grau I deverá ainda incluir a responsabilidade na dinamização de uma ou mais atividades de relação com a comunidade, contextualizadas e adequadas técnica e socialmente (exibições, ocasiões festivas, protocolos com entidades de ação social, ...). Estas deverão ser indicadas no Plano Individual de Estágio de forma a que possam ser aprovadas pelo coordenação de estágio (reconhecendo-se um máximo de 70 horas).
- As atividades administrativas e de planeamento, a sua conceção e também monitorização ao longo do Estágio, são também reconhecidas como horas para o cumprimento do Estágio (podendo ser reconhecidas até um máximo de 30 horas).

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 do Treinador Estagiário no exercício concreto da função – treino e competição (caso se aplique), ao longo do Estágio;
2. A avaliação do Relatório de Estágio;
3. A avaliação do Dossiê de Treinador.

A avaliação contínua do desempenho do Treinador Estagiário deve utilizar como elementos aferidores, para além dos estabelecidos pelas Entidades Formadoras e os definidos no ponto 3.2, os abaixo indicados:

- 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

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

Critérios de Avaliação (Estágios GI e GII):

A avaliação em cada componente (A, B e C) deverá ser considerada, para cada critério, numa escala de 1 a 4, sobre a qual deverá depois ser efetuada a necessária ponderação de forma a que a classificação final de Estágio seja obtida sob a forma de percentagem. Nas componentes B e C (Dossiê de Treinador e Relatório de Estágio) devem ser consideradas de forma diferenciada as atividades obrigatoriamente nela contidas sem que, porém, haja modificação na ponderação respeitante a cada componente.

- A. Desempenho do exercício concreto da função (60%)
(a aplicar de forma independente no CPT I e CPT II – 30%+30%)

Planeamento

1. Coerência

Nível 1 – As diferentes etapas do planeamento não são coerentes. Não se nota ligação entre os objetivos dos planos de aula e os objetivos das aulas anteriores e do que se pensa vir a serem os objetivos das aulas seguintes, bem como na relação ao planeamento das unidades didáticas e respetivos ciclos. As atividades são desligadas das inerentes à unidade didática /etapa em que se insere.

Nível 4 – As diferentes etapas do planeamento são coerentes. Nota-se e justifica-se ligação entre os objetivos dos planos de aula e os objetivos das aulas anteriores e do que se pensa vir a serem os objetivos das aulas seguintes, bem como na relação ao planeamento das unidades didáticas e respetivos ciclos.

2. Estrutura

Nível 1 – Os planos apresentam uma estrutura desordenada. Não são visíveis os objetivos nem os recursos.

Nível 4 – Os planos apresentam uma estrutura ordenada. São perfeitamente identificados os objetivos e recursos.

3. Reflexão Crítica

Nível 1 – O planeamento não é objeto de qualquer reflexão crítica em todas as fases.

Nível 4 – O planeamento nas diversas fases é objeto de reflexão crítica quer do ponto de vista estrutural e da respetiva coerência, quer do ponto de vista da forma de realização.



Intervenção Técnico-pedagógica

1. Organização e Método

Nível 1 – Não é organizado. Não controla os tempos nem os objetivos das tarefas nem a execução destas por parte dos alunos. Dá ideia de que está a improvisar. Situações pedagógicas mal conduzidas. Perde com frequência a visão completa da classe. Longos períodos em observação sem corrigir erros eventuais dos alunos.

Nível 4 – O que faz foi planeado ou mostra-se adequado à situação. Situações pedagógicas bem conduzidas. Tem preocupação em manter a maioria dos alunos no seu ângulo de visão, quer nas ajudas, quer quando se movimenta no seio da classe. Interage com a maior parte dos alunos, movimentando-se adequadamente para isso.

2. Gestão dos tempos

Nível 1 – Aulas com demasiados tempos mortos. Os episódios de organização e instrução prolongam-se demasiado. Insiste em formalismos inúteis, causando atrasos e interrupções. O fim da aula é precipitado.

Nível 4 – Doseia bem os tempos. Não prolonga para além do necessário os episódios de instrução e organização. Realiza recapitulações e sínteses dos conteúdos abordados.

3. Instrução e Feedback

Nível 1 – Não realiza instrução adequada aos objetivos das tarefas e das sessões. Instruções demasiado longas ou escassas. Não realiza tentativas de explicação de forma diferenciada de modo a que todos percebam. Não recorre à demonstração (através do próprio ou dos alunos). Não corrige as incorreções que observa. Não utiliza o feedback pedagógico de forma a motivar os alunos. Não adequa a instrução às situações (para o grupo, para o par ou para o indivíduo).

Nível 4 – Realiza instrução adequada às situações e objetivos considerados. Realiza instrução sob diferentes formatos dando resposta às necessidades dos alunos. Recorre frequentemente à demonstração. Utiliza o feedback com vista à correção e motivação dos alunos. Interage frequentemente com os alunos recapitulando e sintetizando os conteúdos. Utiliza adequadamente estratégias instrucionais relativamente ao grupo, ao par e ao indivíduo.

4. Atividade e Entusiasmo

Nível 1 – Comportamento muito inativo. Fala de forma monótona e ou pouco audível. Parece aborrecido por ter de dar a aula.

Nível 4 – Dinâmico, firme e constante. Fala de uma forma clara e imprime entusiasmo aos alunos. Mantém um fluxo e um ritmo vivos na aula.

5. Ambiente de treino

Nível 1 – Não promove um ambiente de aprendizagem positivo. Transmite medo ou aborrecimento.

Nível 4 – Promove um ambiente de aprendizagem positivo. Transmite entusiasmo que potencia a motivação dos alunos para a aprendizagem.



6. Risco e Prudência

Nível 1 – Não toma precauções nas situações que podem envolver riscos. Deixa os alunos entregues a si próprios.

Nível 4 – Cauteloso, toma precauções face a situações envolvendo perigos. Dispõe os alunos e material de forma a evitar acidentes.

7. Linguagem utilizada

Nível 1 – Pouco cuidado na precisão da linguagem científica e ou técnica. Dá definições e instruções incompreensíveis e ou incompletas. Nas informações de organização não precisa o que fazer, como e quem faz.

Nível 4 – Escolha exata do termo técnico ou científico. Corrige e instrui os alunos de forma completa e compreensível. Nas informações de organização especifica sempre o que fazer, como e quem faz.

Atitudes do Estagiário

1. Iniciativa

Nível 1 – Não demonstra qualquer tipo de iniciativa no processo de Estágio, deixando o processo estimulá-lo mas não estimulando o processo.

Nível 4 – Demonstra vontade de planejar, realizar e avaliar diversas atividades inerentes ao processo de Estágio, sugerindo melhorias e assumindo a liderança na resolução dos problemas no conjunto de atividades.

2. Capacidade criativa

Nível 1 – Não demonstra atitudes inovadoras, repetindo sempre o mesmo discurso mais pessimista que otimista.

Nível 4 – Demonstra vontade de mudar, planeando, realizando e avaliando ações individualmente e em grupo que transformem positivamente as condições inerentes ao seu Estágio.

3. Responsabilidade

Nível 1 – Não assume individualmente o papel que representa no Estágio, nem a importância efetiva que representa a sua atuação para o desenvolvimento dos alunos.

Nível 4 – Assume individualmente e de forma relevante os papéis de que fica incumbido, consciente da vinculação da imagem institucional que representa na comunidade escolar.

4. Participação

Nível 1 – Procura participar individualmente o menos possível nas atividades de Estágio, mostrando fundamentalmente indisponibilidade para as tarefas que se planeiam.

Nível 4 – Participa constantemente nas diversas atividades, disponibilizando-se sempre para cumprir com tarefas no desenrolar do processo.



5. Assiduidade

Nível 1 – Demonstra falta de pontualidade faltando mesmo a algumas atividades.

Nível 4 – Nunca falta a uma atividade e é pontual das diferentes tarefas.

B. Dossiê de Treinador (30%)

(a aplicar de forma independente no CPT I e CPT II – 15%+15%)

Nível 1 – Não tem o dossiê organizado e atualizado nos momentos pedidos, e esse dossiê reflete pouco a riqueza evolutiva do processo de Estágio, faltando documentos e reflexões críticas individuais, bem como registos associados às tarefas desenvolvidas fora do âmbito de lecionação.

Nível 4 – Apresenta, quando solicitado, o dossiê bem organizado e atualizado. Não faltam documentos e apresenta reflexões críticas individuais, demonstrando a riqueza evolutiva e participativa do processo de formação em Estágio.

C. Relatório de Estágio (10%)

Nível 1 – Relatório não inclui as atividades exigidas. Não é realizada avaliação de forma coerente com o disposto no Plano de Atividades e no Plano Individual de Estágio.

Nível 4 – Relatório representa a realidade desenvolvida no estágio, apresentando sentido crítico na avaliação tendo em conta o Plano de Atividades e o Plano Individual de Estágio, bem como o registo e análise das atividade desenvolvidas.

Atividades obrigatórias (Estágios GI)

1. Realizar Plano Individual de Estágio.
2. Realizar observação e condução do treino.
3. Articular com o Tutor e com o Coordenador, realizando registo dos contatos e sua evolução.
4. Elaborar planeamento anual, por ciclos e por sessão e respetivas autoscopias.
5. Participar nas atividades administrativas.
6. Desenvolver um portefólio reflexivo.
7. Participar nos Seminários de Estágio e elaborar comunicações no seu âmbito demonstrando o trabalho efetuado.
8. Produzir registo acerca da participação em atividades formativas (FNK-P ou outras).
9. Participar na dinamização de atividades realizadas pelo clube no âmbito da comunidade.
10. Elaborar e monitorizar Relatório de Estágio confrontando as atividades desenvolvidos com o Plano Anual de Atividades apresentado no início do Estágio e com o Plano Individual de Estágio.



Todas as atividades de Estágio e correspondente carga horária mínima estão assinalados no Quadro Sinótico apresentado seguidamente.

Quadro Sinótico

- Horas de Referência para as atividades de Estágio de Treinador de Karate de Grau I

- Elaboração/Monitorização do Plano Individual de Estágio - 20h
- Condução de Sessões de Treino - 190h
- Contexto Prática I - Fase I (Intervenção dirigida) - 45h
- Contexto Prática I - Fase II (Intervenção) - 50h
- Contexto Prática II - Fase I (Intervenção dirigida) - 45h
- Contexto Prática II - Fase II (Intervenção) - 50h
- Contato com Tutor/a - 80h
- Contexto Prática I - 40h
- Contexto Prática II - 40h
- Contato com Coordenador/a de Estágio - 40h
- Contexto Prática I - 20h
- Contexto Prática II - 20h
- Elaboração/Monitorização de Ações de Planeamento - 20h
- Elaboração/Monitorização de Atividades Administrativas - 20h
- Elaboração do Portefólio Reflexivo - 10h
- Preparação e Participação nos Seminários de Estágio - 50h
- Participação Ações de Formação Entidade Formadora - 5h
- Participação/Organização Outras Atividades (mediante aprovação) - 70h
- Participação Outras Formações (mediante aprovação) - 5h
- Elaboração Relatório de Estágio - 40h

Total: 550h



Atividades obrigatórias (Estágios GII)

1. Realizar observação e condução do treino.
2. Articular com o Tutor e com o Coordenador, realizando registo dos contatos e sua evolução.
3. Elaborar planeamento anual, por ciclos e por sessão e respetivas autoscopias.
4. Participar nas atividades administrativas.
5. Desenvolver um portefólio reflexivo.
6. Participar nos Seminários de Estágio e elaborar comunicações no seu âmbito demonstrando o trabalho efetuado.
7. Produzir registo acerca da participação em atividades formativas (FNK-P ou outras).
8. Dinamizar atividades realizadas pelo clube no âmbito da comunidade.
9. Realizar projeto de investigação desportiva no âmbito do Karate e do contexto de Estágio.
10. Elaborar e monitorizar Relatório de Estágio confrontando as atividades desenvolvidos com o Plano Anual de Atividades apresentado no início do Estágio e com o Plano Individual de Estágio.

Todas as atividades de Estágio e correspondente carga horária mínima estão assinalados no Quadro Sinótico apresentado seguidamente.

Quadro Sinótico

- Horas de Referência para as atividades de Estágio de Treinador de Karate de Grau II
 - Elaboração/Monitorização do Plano Individual de Estágio - 30h
 - Condução de Sessões de Treino - 270h
 - Contexto Prática I - Fase I (Intervenção dirigida) - 65h
 - Contexto Prática I - Fase II (Intervenção) - 70h
 - Contexto Prática II - Fase I (Intervenção dirigida) - 65h
 - Contexto Prática II - Fase II (Intervenção) - 70h
 - Contato com Tutor - 120h
 - Contexto Prática I - 60h
 - Contexto Prática II - 60h
 - Contato com Coordenador - 50h
 - Contexto Prática I - 25h



- Contexto Prática II - 25h
 - Elaboração/Monitorização de Ações de Planeamento - 30h
 - Elaboração/Monitorização de Atividades Administrativas - 30h
 - Elaboração do Portefólio Reflexivo - 15h
 - Elaboração de Projeto de Investigação - 50h
 - Preparação e Participação nos Seminários de Estágio - 75h
 - Participação Ações de Formação Entidade Formadora - 10h
 - Participação/Organização Outras Atividades (mediante aprovação) - 70h
 - Participação Outras Formações (mediante aprovação) - 10h
 - Elaboração Relatório de Estágio - 40h
- Total: 800h



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 a uma classificação final de **APTO**.

Cabe ao Tutor apresentar por escrito ao Coordenador de Estágio uma proposta fundamentada desta avaliação, cabendo depois a este, analisando em conjunto com o Tutor os dados da avaliação, definir a classificação do Estágio.

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.

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;

Continua >>



Continuação >>

Condições a cumprir pela Entidade Formadora:

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 Estágios

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

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.

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 participantes, 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 designação de Entidade de Acolhimento.

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).

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;

2. Assinar o Protocolo de Estágios com a Entidade Formadora;

3. 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.



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:

- Proporcionar condições logísticas no decorrer do Estágio, para o desenvolvimento dos treinos e das reuniões entre Treinador(es) Estagiário(s) e Tutor;
- Possibilitar o acesso a documentação e informação pertinente para o Relatório de Estágio e/ou Projeto de Investigação do(s) Treinador(es) Estagiário(s);
- Facilitar a dinamização de atividades associadas à formação do(s) Treinador(es) Estagiário(s).

4.4 Tutor de Estágios

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

Perfil do Tutor:

1. Disponibilidade para o exercício da função;
2. Possuir TPTD 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.

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

- Ter conhecimento e participação nos programas de formação e de competição da FNK-P.

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.



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 e II, as seguintes:

- Acompanhar o desenvolvimento do(s) Treinador(es) Estagiário(s);
- Realizar reuniões de esclarecimento, reflexão e planeamento de treinos semanais;
- Apresentar metodologias de treino adaptadas aos praticantes e à época desportiva;
- Esclarecer os seus praticantes do papel do(s) Treinador(es) Estagiário(s);
- Proporcionar momentos de observação e espaços e tempos de intervenção para o Treinador Estagiário;
- Reunir com a estrutura associativa (enquadrando-se com outros Tutores próximos), com o Treinador Estagiário e com a coordenação de Estágio;
- Facultar a informação necessário à coordenação de Estágio(s);
- Estimular soluções relativamente à diferente tipologia de praticantes (competição, NEE, crianças, adultos, etc.).



Para além das responsabilidades às quais estão obrigados os Tutores (acima indicadas), é ainda recomendado que sejam adotadas as seguinte 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).

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.

Em aditamento às responsabilidades e obrigações acima indicadas é recomendado que o Treinador Estagiário assuma os seguintes comportamentos:

- **Desempenhar as funções de Treinador**, quando aplicável, **de acordo com as normas deontológicas e éticas estabelecidas para o cargo**, realizando as suas tarefas com zelo, disciplina e responsabilidade, guardando o sigilo e a lealdade que se exige nestas circunstâncias;
- **Respeitar a organização do trabalho da Entidade de Acolhimento** e estabelecer relações afáveis com todos os colaboradores. Do mesmo modo, deverá utilizar com cuidado e zelar pela boa conservação dos bens, equipamentos e instalações que utilize durante a realização do Estágio;
- **Justificar**, perante o Tutor e a Entidade de Acolhimento e de acordo com as normas que estiverem estabelecidas, **qualquer falta dada**, necessariamente por um motivo de força maior.



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 aspectos 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 40/2012, de 28 de agosto 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(s) Coordenador de Estágio que trabalhará(ão) 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;

Continua >>



- 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

CURSO DE TREINADORES DE: _____ GRAU: _____ DATA: ___/___/_____

ESTAGIÁRIO/A: _____

ENTIDADE FORMADORA: _____

ENTIDADE DE ACOLHIMENTO: _____

COORDENADOR/A DE ESTÁGIO: _____

TUTOR/A: _____

PERÍODO DE REALIZAÇÃO DO ESTÁGIO

Data de Início: ___ / ___ / ___ Data de Fim: ___ / ___ / ___

LOCAL/LOCAIS DE REALIZAÇÃO DO ESTÁGIO

1. _____

2. _____

OBJETIVOS E ATIVIDADES (Grandes Tarefas) DO ESTÁGIO

Objetivos do Estágio

1. _____

2. _____

3. _____

(...)

Atividades (Grandes tarefas) do Estágio

1. _____

2. _____

3. _____

4. _____

(...)

Continua >>



Atividades (Grandes tarefas)	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 - TPTD N°)

(Nome)



INSTITUTO PORTUGUÊS
DO DESPORTO
E JUVENTUDE, I. P.