



Programa Nacional de Formação de Treinadores

Regulamento de Tutores de Estágio de Taekwondo

Treinadores Grau I, II e III

Índice

1. Objetivo e Âmbito	2
2. Perfil e Requisitos do Tutor de Estágio	2
3. Formação de Tutores (Recomendação PORTKD)	3
4. Responsabilidades do tutor nas diferentes fases do Estágio	3
4.1. Planeamento (Início)	3
4.2. Acompanhamento (Durante)	3
4.3. Avaliação Final	4
5. Número Máximo de Estagiários por Tutor	4
6. Especialidades do Estágio por Grau de formação	5
6.1. Grau I	5
6.2. Grau II	5
6.3. Grau III	5
7. Articulação com o Coordenador de Estágio e a Entidade Formadora	5
8. Formatos e Frequência da Tutoria (Presencial e à Distância)	6
9. Procedimentos de Avaliação, Feedback e Documentação	6
10. Recomendações de boas práticas de tutoria	7
11. Disposições Finais	7

1. Objetivo e Âmbito

Este regulamento estabelece as diretrizes e princípios orientadores da atuação dos Tutores de Estágio no processo formativo dos treinadores de Taekwondo, abrangendo os graus I, II e III. O objetivo é garantir que a prática formativa decorra com qualidade, rigor e alinhamento institucional, permitindo a integração progressiva dos estagiários em contextos reais de treino e competição. O documento especifica os requisitos dos tutores, as suas funções pedagógicas, a articulação com entidades envolvidas e as metodologias de acompanhamento. Aplica-se a todas as entidades de acolhimento e clubes reconhecidos no âmbito da formação de treinadores, conforme orientações do Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT) e da Federação Portugal Taekwondo (PORTKD).

2. Perfil e Requisitos do Tutor de Estágio

O Tutor de Estágio é um agente formador essencial no percurso de aprendizagem do futuro treinador. Deve ser um profissional qualificado e experiente, que reúna as seguintes condições:

- Disponibilidade contínua e compromisso com o processo formativo do estagiário;
- Grau superior ao do estagiário no caso de estágio de Grau I, e grau igual ou superior para Graus II e III;
- Pelo menos 5 anos de experiência ativa em treino federado;
- Domínio de competências pedagógicas, metodológicas, técnicas e sociais adequadas à função;
- Postura ética e exemplar, servindo de referência de conduta desportiva;
- Capacidade de organização, comunicação eficaz e trabalho em equipa;
- Preferencialmente com formação específica em tutoria de estágio.

Estes critérios garantem que o tutor está preparado para orientar a prática profissional do estagiário, apoiando-o no desenvolvimento de competências técnicas, pedagógicas e relacionais essenciais à função de treinador.

3. Formação de Tutores (Recomendação PORTKD)

A PORTKD promove ações de formação específicas para Tutores de Estágio, visando uniformizar boas práticas e reforçar a qualidade pedagógica do acompanhamento. Esta formação:

- Não é obrigatória, mas é fortemente recomendada para todos os tutores, especialmente os que se iniciam na função;
- Tem uma validade de 3 anos, sendo aconselhável a atualização periódica;
- Confere Unidades de Crédito válidas para renovação do TPTD;
- Dá prioridade de seleção aos tutores que a frequentam, incluindo-os numa listagem oficial de tutores acreditados.

O investimento na formação contínua assegura que o tutor mantém atualizadas as suas competências pedagógicas e metodológicas, promovendo uma tutoria eficaz e alinhada com os referenciais da modalidade.

4. Responsabilidades do tutor nas diferentes fases do Estágio

4.1. Planeamento (Início)

O tutor participa ativamente no planeamento inicial do estágio, nomeadamente:

- Definindo, com o estagiário e o coordenador, o Plano Individual de Estágio (PIE);
- Estabelecendo objetivos específicos, calendário de atividades e critérios de avaliação;
- Clarificando o papel do estagiário nas sessões e enquadrando-o na dinâmica do clube;
- Verificando as condições materiais, técnicas e logísticas para o desenvolvimento do estágio.

Este planeamento é fundamental para alinhar expectativas, funções e responsabilidades desde o início.

4.2. Acompanhamento (Durante)

Durante o estágio, o tutor desempenha uma função central de acompanhamento pedagógico e técnico:

- Observa diretamente sessões de treino, competições ou atividades realizadas pelo estagiário;
- Fornece feedback regular e construtivo sobre o desempenho observado;
- Ajuda a interpretar e reformular planos de treino e a resolver desafios pedagógicos;
- Estimula a análise crítica e a reflexão sobre a prática através de reuniões formais e informais;
- Verifica e orienta a produção de documentação obrigatória (planos, relatórios, registos).

O acompanhamento deve ser ajustado à autonomia do estagiário, promovendo a sua evolução progressiva.

4.3. Avaliação Final

Na fase final do estágio, o tutor realiza a avaliação global do estagiário:

- Analisa o cumprimento dos objetivos definidos no PIE;
- Avalia competências técnicas, pedagógicas, relacionais e éticas demonstradas;
- Elabora uma proposta de classificação fundamentada e apresenta-a ao coordenador;
- Participa na decisão final e transmite ao estagiário um feedback conclusivo e orientador para o futuro.

A avaliação é criteriosa e deve estar baseada em evidências claras recolhidas ao longo do processo.

5. Número Máximo de Estagiários por Tutor

Para garantir a qualidade e o rigor da tutoria, cada tutor poderá acompanhar até 5 estagiários em simultâneo. Este limite assegura que cada estagiário recebe acompanhamento adequado, permitindo ao tutor dedicar tempo e atenção individualizada. Caso o limite esteja atingido, o tutor só poderá aceitar novos estagiários após a conclusão dos anteriores. Situações excecionais poderão ser analisadas pela entidade formadora, mas nunca devem comprometer a qualidade do processo formativo.

6. Especialidades do Estágio por Grau de formação

6.1. Grau I

O estágio de Grau I centra-se na iniciação ao treino e nas competências básicas de atuação em contexto real. O estagiário é inserido em sessões de treino com crianças e iniciantes, atuando com supervisão direta. O tutor assume um papel interventivo, assegurando que o estagiário desenvolve habilidades fundamentais como planificação básica, comunicação eficaz e aplicação de regras de segurança. A autonomia é limitada e a tutoria deve ser intensiva e frequente.

6.2. Grau II

No Grau II, o estagiário atua em contexto de treino competitivo jovem. Deve demonstrar capacidade de planejar ciclos de treino, liderar sessões e acompanhar atletas em competição. A tutoria continua a ser estruturada, mas permite ao estagiário maior liberdade de ação. O tutor assegura a orientação técnica e pedagógica, avalia intervenções e apoia projetos complementares de desenvolvimento (relatórios, eventos, organização de atividades).

6.3. Grau III

No Grau III, o estagiário já atua em contextos de elevado desempenho, com maior autonomia e responsabilidade. O estágio inclui planificações avançadas, gestão de grupos competitivos e integração de áreas multidisciplinares. O tutor intervém como consultor, observando momentos-chave, analisando decisões técnicas e estratégias, e promovendo a excelência profissional. A exigência é elevada e a avaliação rigorosa, validando competências para o treino em alto rendimento ou liderança técnica.

7. Articulação com o Coordenador de Estágio e a Entidade Formadora

O tutor deve manter contacto regular com o Coordenador de Estágio, colaborando em todas as fases do processo:

- Validação do PIE e participação em reuniões de alinhamento;
- Comunicação de alterações relevantes, dificuldades ou ocorrências;
- Partilha de informações sobre o progresso do estagiário;
- Entrega de relatórios e propostas de classificação dentro dos prazos definidos.

Deve ainda garantir que o clube cumpre as obrigações previstas no protocolo de estágio, facilitando a integração do estagiário e o acesso a recursos, instalações e apoio técnico.

8. Formatos e Frequência da Tutoria (Presencial e à Distância)

A tutoria deve privilegiar o contacto presencial e direto entre tutor e estagiário, essencial para a observação e o feedback imediato. No entanto, pode ser complementada com sessões à distância por videoconferência, telefone ou plataformas digitais. A frequência das sessões varia conforme o grau:

- Grau I: sessões presenciais diárias;
- Grau II: sessões semanais com presença alternada e apoio remoto;
- Grau III: sessões mensais quinzenais e acompanhamento remoto regular.

Todos os encontros devem ser registados com data, duração e tópicos discutidos, podendo ser solicitados como comprovativo pela entidade formadora.

9. Procedimentos de Avaliação, Feedback e Documentação

O tutor aplica uma lógica de avaliação contínua e formativa, sustentada em observações diretas e registos objetivos:

- Fornece feedback regular com base em critérios observáveis e alinhados com o PIE;
- Realiza avaliação intermédia (quando prevista), discutida com coordenador e estagiário;
- Redige um relatório final de avaliação fundamentado e propõe a classificação do estágio;
- Supervisiona a produção e qualidade da documentação obrigatória: PIE, Dossiê, Relatório, Fichas e Registos de Presença.

A documentação deve ser entregue no formato e prazos definidos pela entidade formadora. O tutor deve zelar pela sua exatidão e relevância pedagógica.

10. Recomendações de boas práticas de tutoria

O tutor deve adotar práticas que favoreçam o crescimento do estagiário:

- Promover a sua integração no clube e equipa técnica;
- Ser exemplo de profissionalismo, ética e compromisso com a modalidade;
- Estimular autonomia, pensamento crítico e capacidade de autorreflexão;
- Estar disponível para escutar, orientar e esclarecer dúvidas;
- Adaptar a tutoria às necessidades individuais do estagiário;
- Investir na sua própria formação enquanto tutor, atualizando conhecimentos e métodos.

A tutoria de qualidade contribui para formar treinadores competentes, responsáveis e alinhados com os valores do Taekwondo.

11. Disposições Finais

Este regulamento entra em vigor após a sua aprovação formal e aplica-se a todos os estágios realizados no âmbito dos cursos de treinadores de Taekwondo. O seu cumprimento é obrigatório para validação do estágio e certificação final. Situações omissas ou excecionais serão analisadas pela entidade formadora em articulação com a PORTKD. Atualizações serão comunicadas oficialmente e devem ser respeitadas por todos os intervenientes no processo formativo.