



**REGULAMENTO DE
RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E
CERTIFICAÇÃO DE
COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA
ARTÍSTICA FEMININA**



Aprovado em Reunião de Direção de
22 de outubro de 2019

Índice

ENQUADRAMENTO	2
DESTINATÁRIOS	3
PRÉ-REQUISITOS	3
PEDIDO DE RVCC	4
CANDIDATURA À VIA RVCC	4
Regime Simplificado	4
CANDIDATURA À VIA RVCC	5
Regime Geral	5
PROCEDIMENTOS E METODOLOGIA	5
CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	7
ESCALA DE AVALIAÇÃO DE COMPETÊNCIAS	15
CONDIÇÕES DE VALIDAÇÃO	15
PROVA DE COMPETÊNCIAS	16
CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS	16
ENTIDADES RESPONSÁVEIS PELA AVALIAÇÃO DO PROCESSO RVCC	16
DIPLOMA DE QUALIFICAÇÃO	17
EMIÇÃO DE TPTD POR VIA DIPLOMA DE QUALIFICAÇÕES RVCC PRO TD	18
VALORES DE INSCRIÇÃO	18
CRONOGRAMA DO PROCESSO DE RVCC	18
FORMA DE PAGAMENTO	18
ANEXOS – MODELOS DE FICHAS	20
Anexo 1 – Modelo de Ficha de Percurso Profissional e de Formação	21
Anexo 2 – Modelo de Ficha de Autoavaliação	23
Anexo 3 – Modelo de Ficha de Análise do Portefólio	24
Anexo 4 – Modelo de Relatório de Entrevista Técnica	25
Anexo 5 – Modelo de Ata da Sessão de Validação	26
Anexo 7 – Modelo de Ata de Sessão de Certificação	29

ENQUADRAMENTO

Segundo a Lei nº40/2012, de 28 de agosto, que estabelece o regime de acesso e exercício da atividade de treinador de desporto, existem determinados requisitos de obtenção de título profissional. Com base no capítulo II, artigo 6º , nº1 alínea b, que refere o seguinte requisito: "Qualificação na área do treino desportivo, no âmbito do Sistema Nacional de Qualificações, por via da formação ou através de competências profissionais adquiridas e desenvolvidas ao longo da vida reconhecidas, validadas e certificadas, nos termos do artigo 12.º do Decreto -Lei n.º 396/2007, de 31 de dezembro, e da respetiva regulamentação", a Federação de Ginástica de Portugal (FGP) cria o regulamento de RVCC para os candidatos que pretendam adquirir o TPTD grau II, na disciplina de Ginástica Artística Feminina (GAF). Neste regulamento estão descritos os objetivos, as metodologias, os intervenientes, os critérios e instrumentos que estão associados ao processo RVCC.

ÂMBITO E OBJETIVOS

- 1 - O presente regulamento define uma das vias de acesso ao Título Profissional de Treinador(a) de Desporto (TPTD), nomeadamente, o processo de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências Profissionais (RVCC Pro), ao abrigo do artigo 6º, da Lei nº40/2012, de 28 de agosto.
- 2 – O regulamento de RVCC definido pelo IPDJ, identifica duas vias distintas para se obter o Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências no quadro da Formação de Treinadores, tais como, o regime simplificado e o regime geral.
- 3 - O processo de RVCC baseia-se na prática profissional dos candidatos, na comprovação das competências inerentes e fulcrais ao exercício da função e perfil profissional, através da apresentação de um Portefólio que reúne um conjunto de qualidades e habilidades adquiridas e desenvolvidas ao longo da vida, com vista a facilitar o reconhecimento de qualificações e a livre prestação de serviços profissionais.
- 4 – O processo de RVCC desenvolve-se segundo uma coordenação e colaboração entre os candidatos, o Técnico ORVC da modalidade de Ginástica e um Júri de Certificação.

DESTINATÁRIOS

1 – O presente regulamento destina-se a adultos de ambos os géneros, com idade superior a 18 anos, com escolaridade mínima obrigatória, que queiram obter o TPTD de Ginástica Artística Feminina (GAF), grau II e, que cumpram os pré-requisitos específicos da modalidade, exigidos pela Escola Nacional de Ginástica (ENGym) e respetiva Federação de Ginástica de Portugal (FGP).

2 – Para efeitos da alínea nº2 do artigo anterior, o RVCC por **regime simplificado** é destinado a candidatos sem TPTD, que foram aprovados num curso de treinador de desporto, antes do mês de maio de 2010, ministrado pela FGP (e ex FPTDA) e possuam experiência como treinador de grau I durante 1 ano, numa determinada disciplina gímnica.

3 - Para efeitos da alínea nº2 do artigo anterior, o RVCC por **regime geral** destina-se a candidatos que, não tendo uma qualificação que os habilite a exercer a função de Treinador de Desporto, pretendam reconhecer, validar e certificar competências adquiridas ao longo da vida, em contextos de aprendizagem formais, não formais e informais, tendo em conta o Referencial de Formação Específica de Ginástica Artística Feminina (GAF), grau II*.

*Consultar Referencial de Formação Específica de GAF, grau II, no Normativo Geral de Formação em Ginástica.

PRÉ-REQUISITOS

1 – Conforme o artigo anterior, os candidatos que pretendem ter acesso ao TPTD grau II através do RVCC, devem cumprir os seguintes pré-requisitos:

- Idade superior a 18 anos;
- 12º ano de escolaridade;
- Ser ginasta ou ex-ginasta de qualquer disciplina gímnica;
- Ser treinador de ginástica de uma disciplina específica ou de outra modalidade desportiva pelo período mínimo de 2 anos;
- Ser praticante desportivo integrado em Desporto de Alto Rendimento ou das Seleções Nacionais;
- Ser aluno de licenciatura ou mestrado nas áreas de Educação Física e Ciências do Desporto, ou de outro curso técnico-profissional ligado à motricidade;

- Ser professor de Educação Física e Ciências do Desporto ou de outro curso ligado à motricidade;
- Ter algum curso de especialização na área da ginástica.

PEDIDO DE RVCC

Os pedidos de Reconhecimento, Validação e Certificação de Competências são efetuados diretamente com as entidades certificadoras de RVCC Pro de Treinador de Desporto, tendo em conta a modalidade desportiva em causa. Neste sentido, os candidatos devem proceder o seu pedido à Federação de Ginástica de Portugal (FGP), entidade responsável pela certificação e qualificação de competências no âmbito da ginástica.

CANDIDATURA À VIA RVCC

Regime Simplificado

1 – Os candidatos à via RVCC Prof por regime simplificado têm de apresentar o Diploma/Certificado de Curso de Treinador Grau II emitido à data da sua conclusão (antes de maio de 2010), ou o registo formal de atribuição da qualificação de treinador, emitido à data, pela federação desportiva com estatuto de utilidade pública desportiva.

2 – A experiência profissional requerida tem de ser comprovada através da declaração emitida pela federação desportiva. No caso de o candidato não estar filiado na federação, a comprovação da experiência do exercício da função pode ser efetuada através duma declaração emitida pela(s) entidade(s) onde a atividade de treinador foi desenvolvida.

3 – Qualquer documento de comprovação deve ser assinado e certificado com carimbo da entidade emissora.

CANDIDATURA À VIA RVCC

Regime Geral

1 - Os candidatos a regime geral devem efetuar as suas candidaturas com as entidades certificadoras de RVCC Pro, nomeadamente, a Federação de Ginástica de Portugal.

2 – Este processo traduz-se na criação de medidas de rigor e complexidade fulcrais para a comprovação do domínio das competências correspondentes ao perfil de treinador de desporto desejado.

3 – Este processo baseia-se na construção de um Portefólio profissional de treinador de desporto, onde deve conter diversos documentos de natureza biográfica e curricular, no qual se explicitam e organizam as evidências, ou provas, das competências adquiridas e desenvolvidas pelo candidato ao longo das suas experiências de vida, de modo a permitir a validação das mesmas face ao Referencial de Formação Específica de Ginástica Artística Feminina (GAF), grau II*, elaborado pela Federação de Ginástica de Portugal.

*Consultar Referencial de Formação Específica de GAF, Grau II, no Normativo Geral de Formação em Ginástica.

PROCEDIMENTOS E METODOLOGIA

RVCC REGIME GERAL

1 – O candidato deve realizar a inscrição preenchendo e enviando a Ficha de Percurso Profissional e de Formação (em anexo), mais especificamente, um curriculum organizado com o seu percurso profissional, desportivo e formativo, que se traduz numa ferramenta de apoio ao processo de compilação de elementos/comprobativos e de evidência das competências que o candidato detém e que são significativas para o processo de RVCC. As inscrições são realizadas via online, através do site da FGP: <http://www.fgp-ginastica.pt/formacao/atividade?id=99>.

2 – Após o ato de inscrição, o candidato deve aguardar o parecer da Federação de Ginástica a informar se é ilegível para iniciar o processo de RVCC Regime Simplificado ou Geral.

3 – O processo de RVCC inicia-se com uma sessão de reconhecimento, com o objetivo de se apresentar ao candidato o Referencial de Formação Específica de Ginástica Artística Feminina (GAF), grau II, informando-o sobre a relação deste com o processo de RVCC. Nesta fase, será feita uma análise sobre a informação apresentada pelo candidato na Ficha de Percurso

Profissional e de Formação, no sentido de reunir documentos que permitam comprovar, de forma fidedigna, o domínio que tem de determinadas competências. Esta tarefa é da responsabilidade do Técnico de ORVC.

4 – O candidato deve construir um Portefólio onde apresenta e reúne as competências com maior alavancagem e que são consideradas fulcrais para o desempenho das funções de treinador de Ginástica Artística Feminina (GAF), grau II (experiência pessoal, resultados obtidos pelos seus ginastas bem como outras informações relevantes). O Portefólio representa um conjunto de evidências e comprovativos relativamente às competências adquiridas, tendo um carácter dinâmico na medida em que vai sendo construído/enriquecido ao longo do processo de RVCC. É necessário incluir no portefólio a Ficha de Autoavaliação (em anexo), bem como os relatórios que sustentam a validação de competências.

5- O Portefólio tem de ser criado eletronicamente e enviado, aquando finalizado, para a FGP através da plataforma de inscrição online WUFOO. Caso o candidato opte por entregar o Portefólio em formato papel, ficará responsável pela respetiva impressão e entrega do documento na FGP.

6 – Após o ato de entrega do Portefólio será feita uma análise pelo técnico ORVC que utilizará como auxílio de avaliação uma Ficha de Análise do Portefólio (em anexo). Esta ficha de análise do portefólio servirá como feedback e será posteriormente inserida na plataforma e-learning para conhecimento do candidato.

7 – Caso surjam dúvidas sobre o domínio e capacidade que o candidato tem em aplicar determinadas competências e tarefas, o Técnico ORVC pode propor a realização de uma entrevista técnica. Esta entrevista pode ser realizada via online por telechamada ou videoconferência (ex. Skype), ou presencialmente, permitindo recolher informação adicional que possibilita gerar novas evidências.

8 – A Sessão de Validação inicia-se aquando concluída a etapa do reconhecimento. Este é o momento em que se realiza a avaliação e heteroavaliação das competências que poderão ser validadas. A partir da avaliação efetuada, é possível identificar quais as competências que se destacam e quais as que precisam de ser desenvolvidas pelo candidato. Este momento de avaliação realiza-se em conjunto com o candidato e o técnico ORVC responsável pelo processo.

9 – No final da sessão de validação, o candidato e o técnico ORVC têm de assinar a ata (em anexo) elaborada, com os resultados apresentados. Deverão ser anexadas à ata a ficha de análise do portefólio, a ficha de autoavaliação e o relatório de entrevista técnica.

CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA

1 - Os candidatos ao TPTD de Ginástica Artística Feminina (GAF), grau II, através do RVCC, devem apresentar o domínio e a qualidade sobre o desempenho de determinadas competências e saberes, com base no Referencial de Formação Específica de GAF, grau II*, elaborado pela Federação de Ginástica de Portugal. No portefólio devem constar a comprovação dos seguintes conhecimentos teórico-práticos:

- Enquadramento da Ginástica;
- Aquecimento e Preparação Física Adaptada à Ginástica;
- Fundamentos de Ginástica;
- Planeamento da Sessão de Treino e Controlo de Treino;
- Noções básicas de Segurança na Prática;
- Música e Coreografia;
- Elementos Técnicos Gerais.

2 – No Portefólio devem estar devidamente identificadas e documentadas as tarefas consideradas nucleares e as tarefas não nucleares (ou complementares), tendo em conta o Referencial de Formação Específica de GAF, grau II* adaptado ao processo RVCC (consultar documento).

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

Matéria	Competências de saída	Tarefas não nucleares	Tarefas nucleares	Método de Avaliação		
				Teste Teórico	Avaliação Oral	Plano de Treino
Quadro competitivo nacional 1. Regulamento nacional de competições 2. Competições distritais, nacionais 3. Torneios de Clubes	» Identificar as particularidades regulamentares das diferentes competições de Ginástica Artística.		» Descreve as particularidades regulamentares das diferentes competições de Ginástica Artística.	X		X
Código de Pontuação Adaptado 1. Exigências específicas para competições das categorias de iniciadas até seniores da 1ª divisão 2. Regulamento da divisão base e Encontro Nacional de infantis	» Descrever as exigências específicas para as categorias de esperanças e juvenis da 1ª divisão; » Identificar os regulamentos para ginastas da divisão base.		» Elabora um exercício de competição de acordo com as exigências específicas da categoria da ginasta a que se destina o exercício.	X		X
Breve história da Ginástica	» Descrever a história da ginástica em traços gerais.		» Resume de forma sucinta os principais factos da história da ginástica.	X		X
Ajudas em Ginástica	» Identificar as diferentes formas de ajuda características da ginástica.		» Descreve as formas de ajuda adequadas a cada fase do processo ensino aprendizagem de um elemento técnico.	X	X	X
Definição das rotações longitudinais em GAF	» Explicar as particularidades que levam à definição da lateralidade em GAF.		» Descreve e justifica as particularidades que levam à uma opção consciente da lateralidade dominante.	X	X	X
Aquecimento 1.Princípios básicos do aquecimento em GAF 2.O aquecimento para jovens ginastas 3.Identificação e correção dos principais erros	» Identificar os princípios básicos do aquecimento em GAF; » Elaborar um aquecimento para jovens ginastas; » Identificar os principais erros e efetuar as devidas correções.	» Conhece e aplica as correções adequadas aos erros observados.	» Elabora um aquecimento para jovens ginastas; » Identifica os principais erros.	X	X	X

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

Flexibilidade 1. Princípios básicos do treino de flexibilidade em GAF 2. Exercícios básicos de flexibilidade em GAF 3. Postura e força 3.1. Posturas básicas 3.2. Exercícios de reforço postural em jovens ginastas 3.3. Treino de força em jovens ginastas 3.4. Exercícios básicos do treino de força em jovens ginastas 4. Velocidade	» Descrever os princípios básicos do treino de flexibilidade e força em GAF; » Identificar as posturas corretas e incorretas nos movimentos gímnicos básicos e saber como corrigi-las; » Apresentar os princípios do treino da velocidade.		» Elabora um programa de preparação física para jovens ginastas de GAF, tendo em atenção o desenvolvimento dos aspetos posturais fundamentais desta atividade.	X	X	X
Saltos (Mesa de Saltos): 1. Pressupostos técnicos dos saltos em GAF 2. Elementos de dificuldade intermédia nos saltos em GAF 3. Identificação e correção dos principais erros dos elementos de dificuldade intermédia nos saltos em GAF 4. Abordar os seguintes elementos: - Queda Facial; - Queda com Pirueta; - Yurchenko (as três partes separadas e na totalidade); - Yurchenko com pirueta.	» Identificar os pressupostos técnicos dos saltos em GAF; » Descrever as etapas fundamentais para o ensino dos elementos técnicos de dificuldade intermédia nos saltos em GAF; » Identificar e corrigir os erros mais frequentes dos elementos técnicos de dificuldade intermédia nos saltos em GAF.		» Elabora um programa de ensino para jovens ginastas nos saltos, respeitando as etapas fundamentais de aprendizagem.	X	X	X
Paralelas Assimétricas: 1. Pressupostos técnicos de execução em paralelas assimétricas 2. Elementos de dificuldade base e intermédia nas paralelas assimétricas 3. Identificação e correção dos principais erros dos elementos de dificuldade	» Conhecer os pressupostos técnicos das paralelas assimétricas; » Conhecer as etapas fundamentais para o ensino dos elementos técnicos de dificuldade intermédia nas paralelas assimétricas; » Identificar e corrigir os erros mais		» Elabora um programa de ensino para jovens ginastas nas paralelas assimétricas, respeitando as etapas fundamentais de aprendizagem.	X	X	X

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

intermédia nas paralelas assimétricas 4. Abordagem dos seguintes elementos técnicos: - Gigantes Faciais - Gigantes Dorsais - Saída de Mortal à frente (engrupado, Encarpado, empranchado) - Passagens de Banzo - Stalder	frequentemente dos elementos técnicos de dificuldade intermédia nas paralelas assimétricas.					
Trave: 1. Pressupostos técnicos de execução em trave 2. Elementos de dificuldade intermédia na trave 3. Identificação e correção dos principais erros dos elementos de dificuldade intermédia na trave 4. Abordagem dos seguintes elementos técnicos: - Flick atrás (pernas destacadas e juntas); - Mortal atrás parado; - Rondada Mortal de Saída; - Mortal à frente empranchado de saída. - Outros a definir.	» Identificar os pressupostos técnicos da trave; » Descrever as etapas fundamentais para o ensino dos elementos técnicos de dificuldade intermédia na trave; » Identificar e corrigir os erros mais frequentes dos elementos técnicos de dificuldade intermédia na trave.		» Elabora um programa de ensino para jovens ginastas na trave, respeitando as etapas fundamentais de aprendizagem.	X	X	X
Solo: 1. Pressupostos técnicos do solo em GAF 2. Elementos de dificuldade intermédia no solo em GAF 3. Identificação e correção dos principais erros dos elementos de dificuldade intermédia no solo em GAF. 4. Abordagem dos seguintes elementos técnicos:	» Identificar os pressupostos técnicos do solo em GAF; » Descrever as etapas fundamentais para o ensino dos elementos técnicos de dificuldade intermédia no solo em GAF; » Identificar e corrigir os erros mais frequentes dos elementos técnicos de		» Elabora um programa de ensino para jovens ginastas no solo, respeitando as etapas fundamentais de aprendizagem.	X	X	X

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

- Mortal à frente engrupado com rotação longitudinal (180º) - Mortal atrás empranchado com rotação longitudinal (180º e 360º) - Rodada / Flic - Flics seguidos - Flic / Mortal engrupado - Salto de mãos / Flic à frente ou empranchado - Mortal / Mortal	dificuldade intermédia no solo em GAF.					
Preparação artística e coreográfica 1. Construção de um exercício de solo de competição para jovens ginastas 1.1. Escolha da música 1.2. Coreografia 1.3. Escolha dos elementos 1.4. Ocupação do praticável	» Identificar os pressupostos da construção de exercícios de solo de competição de jovens ginastas, adaptando-os às características individuais das mesmas e às exigências do código simplificado.		» Elabora um exercício de solo de competição para jovens ginastas de acordo com as características das mesmas e às exigências do código simplificado.	X	X	X
Trampolim e mini-trampolim adaptado à GAF 1. Pressupostos técnicos dos trampolins adaptados à GAF 2. Elementos de base nos trampolins 3. Identificação e correção dos principais erros dos elementos de base nos trampolins 4. Abordagem dos seguintes elementos técnicos: - Mortal à frente encarpado - Mortal à frente Empranchado - 3/4 Mortal à frente - Mortal atrás encarpado - Mortal atrás Empranchado - 3/4 Mortal atrás	» Identificar os pressupostos técnicos dos trampolins adaptados à GAF; » Descrever as etapas fundamentais para o ensino dos elementos técnicos básicos nos trampolins adaptados à GAF; » Identificar e corrigir os erros mais frequentes dos elementos técnicos básicos nos trampolins adaptados à GAF.		» Elabora um programa de ensino para crianças e jovens ginastas trampolins adaptados à GAF, respeitando as etapas fundamentais de aprendizagem.	X	X	X

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

A Psicologia aplicada à Ginástica Artística Feminina 1. Prevenção do medo 2. Motivação 3. Relaxação e imagética	» Identificar os problemas específicos desta modalidade, em jovens ginastas, sobretudo no âmbito da prevenção do medo e da motivação; » Descrever as técnicas e estratégias básicas de relaxação e imagética em contexto de treino e competição em GAF.	» Aplica técnicas e estratégias básicas de relaxação e imagética eficazes em contexto de treino e competição em GAF.	» Descreve os problemas específicos desta modalidade, em jovens ginastas, no âmbito da prevenção do medo e da motivação, sendo capaz de potenciar estes aspetos na prática.		X	X
Planeamento de treino em Ginástica Artística Feminina 1. Planeamento de uma época desportiva com base no calendário nacional; 1.1. Escolha das competições 1.2. Periodização anual 1.3. Unidade de treino tipo 1.4. Contabilização das cargas de treino	» Identificar os conceitos que presidem à elaboração de um planeamento de treino para uma época competitiva nacional; » Descrever e utilizar as formas de contabilização e controlo das cargas de treino em GAF.	» Realiza a contabilização e o controlo das cargas de treino.	» Elabora o planeamento de uma época desportiva com base no calendário nacional.	X		X
Nutrição, Sono e Rendimento Desportivo 1. O Impacto da Nutrição na Ginástica de competição 2. Alimentação Saudável na Ginástica de competição Roda dos Alimentos 3. O papel dos nutrientes no desempenho desportivo 3.1. Funções dos nutrientes 3.2. Valor energético dos macronutrientes 3.3. Hidratos de carbono 3.4. Lípidos 3.5. Proteínas 3.6. Vitaminas 3.7. Minerais 3.8. Fibras	» Aplicar os conceitos de uma alimentação saudável antes, durante e depois do treino; » Educar as ginastas para uma alimentação equilibrada, variada e completa ao nível dos macro e micronutrientes; » Conseguir avaliar, analisar e interpretar a composição corporal das ginastas, de acordo com o escalão etário.		» O treinador consegue utilizar as ferramentas disponíveis, de forma a avaliar e interpretar indicadores da alimentação e da composição corporal das suas ginastas.	X	X	

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

4. Balanço energético 4.1. Composição corporal 5. Sono						
Observação das Técnicas Gímnicas 1. Fundamentos da Observação das Técnicas Gímnicas 1.1 Compreensão e Explicação das Técnicas Gímnicas 1.1.1. Características e Particularidades das Técnicas Gímnicas 1.1.2 Aplicação e conceção para a otimização das técnicas 2. Objetivos das Técnicas Gímnicas 2.1. Exigências específicas para a observação – Objetivos de Resultado 2.2. Exigências específicas para a observação – Objetivos de Execução 3. Observar e intervir nas Técnicas Gímnicas: Tomada de Decisões 3.1. Modelos de execução – Componentes e condicionantes 3.2 Observação, Intervenção e deteção de Erros	» Compreender a aprendizagem sistemática das técnicas gímnicas; » Utilizar a informação adequada à explicação das diferentes técnicas gímnicas; » Integrar os saberes de observação nos processos e nas práticas inerentes a uma explicação objetiva das técnicas gímnicas; » Avaliar de uma forma qualitativa as técnicas gímnicas, promovendo uma aprendizagem com melhor qualidade; » Compreender a construção e desenvolvimento das técnicas nas diversas situações gímnicas; » Refletir com maior intervenção e avalia os efeitos nas técnicas gímnicas com maior relevância.	» Integra os processos de desenvolvimento das técnicas gímnicas otimizando as capacidades dos jovens e as situações onde são desenvolvidas essas técnicas.	» Assegura a coerência, a exequibilidade e a adequação dos programas de aprendizagem das técnicas gímnicas; » Concebe e manipula os fatores do envolvimento (ajudas e progressões) com influência direta na execução das técnicas gímnicas;	X		X
Prevenção de Lesões 1.Prevenção de Lesão (Revisão dos Conteúdos do Grau I) 1.1 Fatores de risco - Fatores de risco intrínsecos - Fatores de risco extrínsecos 1.2 Níveis de prevenção de lesões desportivas - Prevenção Primária - Prevenção Secundária - Prevenção Terciária	» Identificar, descrever quais as lesões tipo na ginástica, nas diferentes faixas etárias; » Indicar as principais precauções a incorporar no treino para evitar o seu aparecimento.		» Identificar, descrever as diferentes lesões que são características na ginástica, nas diferentes faixas etárias; » Indicar as principais precauções e a forma de adaptar a carga de treino a incorporar no treino para evitar o seu aparecimento.	X	X	

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA

1.3 Lesões com maior incidência nos jovens - Lesão de Osgood-Schlatter - Lesão de Sinding-Larsen-Johansson - Lesão de Sever 2. Princípios de prevenção de lesões e Medidas preventivas 2.1 O aquecimento 2.2 Diagnóstico e intervenção precoce 2.3 A terapia PRICE 2.4 A reabilitação						
Biomecânica 1. Revisão de Conceitos Gerais - Forças; - Trabalho e Energia; - Movimento.	» Identificar os parâmetros do movimento e respetivos desvios ou erros; » Explicar os princípios, as causas e os mecanismos dos movimentos; » Compreender as diferentes técnicas e metodologias de aprendizagem; » Recomendar correções para execuções com desvios.		» Analisar e compreender diversas técnicas das disciplinas gímnicas com base nos conceitos básicos da biomecânica, interpretando a razão das metodologias recomendadas, bem como a origem de eventuais desvios observados relativamente.	X	X	

*Consultar Referencial de Formação Específica de GAF, grau II, no Normativo Geral de Formação em Ginástica.

ESCALA DE AVALIAÇÃO DE COMPETÊNCIAS

1 – Durante o processo de RVCC, as competências serão avaliadas com base numa escala de 0 a 5, em que:

- 1 – Não detém a competência/ não executa a tarefa;
- 2 – Detém de forma insatisfatória a competência/ executa insatisfatoriamente a tarefa;
- 3 – Detém satisfatoriamente a competência/ executa satisfatoriamente a tarefa;
- 4 – Detém bem a competência/ executa bem a tarefa;
- 5 – Detém muito bem a competência/ executa muito bem a tarefa.

CONDIÇÕES DE VALIDAÇÃO

1 - As competências do candidato são avaliadas por unidade de competência, ficando a validação destas, dependente da verificação, em simultâneo, das duas condições seguintes:

- A pontuação atribuída em cada uma das tarefas nucleares tem de ser igual ou superior a 3;
- A média das pontuações atribuídas ao somatório das tarefas (nucleares e não nucleares) de cada unidade de competência tem de ser igual ou superior a 3.
- Se o candidato não demonstrar que sabe executar uma tarefa nuclear, não será validada a correspondente UC, mesmo que a execução das restantes tarefas que integram essa UC fique demonstrada. Deste modo, pode afirmar-se que as tarefas nucleares têm um carácter eliminatório, também para a validação das UC onde se integram.
- Inversamente, as tarefas não nucleares, embora sendo importantes para a obtenção dos resultados, não têm um carácter eliminatório. Caso o candidato não saiba desempenhar uma tarefa não nuclear, isso não conduz, de forma imediata e automática, à não validação da correspondente UC.

2 - O reconhecimento e validação por unidade de competência dependente ainda do valor resultante do cálculo da expressão $PRVC^* = (0,2AA + 0,8HA)$ ser igual ou superior a 3

***PRVC** – Pontuação do reconhecimento e validação de competências por unidade de competência, arredondada às unidades; AA – Pontuação da autoavaliação por unidade de competência; HA – Pontuação da heteroavaliação por unidade de competência.

PROVA DE COMPETÊNCIAS

1 – A realização de prova de competências (exercícios em contextos de prática simulada) pode ser proposta, previamente, pelo Técnico de ORVC caso subsistam dúvidas sobre o domínio que o candidato tem de determinadas tarefas, como forma de avaliação prioritária a aplicar pelo Júri de Certificação, podendo, em casos que o justifiquem, recorrer a outras formas de avaliação, como são os testes de conhecimento (orais e escritos).

2 - A prova de competências obedece aos seguintes princípios operacionais:

- Cada UC integra uma ficha de caracterização da prova de competências (em anexo), dirigida ao júri, que explicita as condições em que a prova de competências deve ser realizada: objetivos do exercício, tempo de execução de cada uma das tarefas, recursos necessários (equipamentos/ferramentas, informação técnica, etc.);
- A ficha de caracterização integra uma grelha de avaliação da prova de competências (em anexo) na qual são especificados os resultados. A matriz de competências integra as diversas tarefas (e respetivas ponderações), bem como os critérios de avaliação que permitem avaliar o desempenho do candidato em cada uma dessas tarefas.

CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS

1 - A sessão de certificação é da responsabilidade de um Júri de Certificação, a realizar no prazo máximo de 90 dias úteis contados a partir da data da ata da sessão de validação, sendo posteriormente produzida a ata de certificação (em anexo) e emitido o Diploma de Qualificações RVCC Pro TD (conforme modelo em anexo).

2 - Terminada esta etapa deverá ser remetido para o IPDJ, em formato digital, as cópias da ata da sessão de validação e da ata de certificação, bem como a ficha de caracterização e avaliação da prova de competências, sempre que esta se realize.

ENTIDADES RESPONSÁVEIS PELA AVALIAÇÃO DO PROCESSO RVCC

1 – É da responsabilidade do Técnico de ORVC da modalidade de ginástica realizar:

- A orientação, reconhecimento e validação de competências;

- Ficha de análise do Portefólio e respetivo preenchimento;
- Uma entrevista técnica, caso haja dúvidas sobre o domínio e capacidade que o candidato tem em aplicar determinadas competências e tarefas;
- Assinatura na ata elaborada.

1.1 – O Técnico de ORVC suporta a sua decisão na análise das tarefas complementares propostas ao candidato em ambiente e-learning, nomeadamente, construção do relatório, testes formativos teóricos, análise de técnicas, videoconferências, etc.

2 – É da responsabilidade de um Júri de Certificação certificar as competências do candidato a partir da pontuação obtida na etapa anterior e realizar a sessão de certificação.

2.1 - O Júri de Certificação é nomeado pela entidade certificadora de RVCC Pro TD Regime Geral e, para poder deliberar, terá necessariamente de ser constituído pelos seguintes elementos:

- O técnico de ORVC da modalidade que desenvolveu o processo (na qualidade de Presidente do júri);
- Um formador de treinadores e treinador de reconhecido mérito da modalidade no âmbito do qual se desenvolve a certificação, com um mínimo de 5 anos de experiência;
- Um representante de uma entidade externa ligada ao desporto, nomeadamente de um estabelecimento de ensino superior, de uma entidade formadora reconhecida no âmbito do PNFT, ou de uma outra federação desportiva;
- Um representante da Confederação Portuguesa de Associações de Treinadores (CPAT);
- Um representante da associação de treinadores da modalidade desportiva em questão, quando esta existir.

DIPLOMA DE QUALIFICAÇÃO

1 – Após o parecer do Júri de Certificação e caso o candidato tenha condições de obter a certificação (classificação igual ou superior a 3), a entidade certificadora de RVCC Pro TD Regime Geral emite o Diploma de Qualificações RVCC Pro TD.

2 - Caso o candidato não reúna as condições para obter a certificação (classificação inferior a 3), será considerado “Não Apto”.

EMIÇÃO DE TPTD POR VIA DIPLOMA DE QUALIFICAÇÕES RVCC PRO TD

- 1 – É da responsabilidade do IPDJ emitir o Título Profissional de Treinador(a) de Desporto (TPTD).
- 2 – O TPTD é o documento oficial obrigatório para o exercício da atividade de treinador de desporto, sendo emitido em formato digital.

VALORES DE INSCRIÇÃO

Os valores a pagar terão as seguintes fases processuais:

- Candidatura
- Inscrição
- Análise e Avaliação Portefólio
- Entrevista e Prova de Competências
- Emissão do Diploma de Qualificação

Os valores poderão ser consultados no Manual de Procedimentos Administrativos da FGP.

CRONOGRAMA DO PROCESSO DE RVCC

Cronograma do Processo de RVCC	
Tarefas	Tempo (dias)
1. Resposta a Candidatura	15 dias
2. Entrega Portefólio após inscrição	60 dias
3. Análise e Avaliação Portefólio	15 dias
4. Marcação de Entrevista e Prova de Competências	15 dias
5. Certificação FGP	30 a 90 dias

Nota: O candidato deverá ajustar a sua disponibilidade e organização das diferentes tarefas com base nos períodos definidos para a elaboração e finalização do processo RVCC.

FORMA DE PAGAMENTO

- 1 – O pagamento deve ser efetuado por transferência bancária para o IBAN da FGP, indicado no formulário de candidatura.

2 – O candidato deve efetuar o pagamento em duas prestações. A primeira no ato da candidatura no valor de 50€, e a segunda, no ato de inscrição, no total do restante valor (todas as fases processuais).

3 – O valor da candidatura é de carácter obrigatório, nunca sendo devolvida esta prestação. A inscrição só será feita após análise da candidatura e aprovada pela FGP.

ANEXOS – MODELOS DE FICHAS

Anexo 1 – Modelo de Ficha de Percorso Profissional e de Formação

A preencher pelos serviços

Entidade: _____ Nº do Processo: _____

O/A Técnico/a de ORVC: _____ Data de análise: _____

1. Dados Pessoais

Nome: _____

Nº de ID Civil/Militar /Passaporte: _____

2. Candidatura de RVCC Pro Treinador(a) de Desporto

Certificação à qual se candidata: Treinador(a) de Desporto de _____

(modalidade desportiva e grau de certificação)

3. Identificação do Percorso Desportivo

(descrever o percurso enquanto praticante desportivo)

MODALIDADE DESPORTIVA	DURAÇÃO	ALTO RENDIMENTO (SIM/NÃO)	INFORMAÇÕES PERTINENTES

4. Identificação do Percorso Profissional – Com relevância para o pedido de certificação

(Identificar as entidades, descrever as funções, responsabilidades, tarefas exercidas e respetiva duração)

5. Identificação do Percorso Formativo com Relevância

5.1. Formação Profissional

Designação	Entidade Promotora	Data	Duração	Observações

5.2. Formação Académica

Designação	Estabelecimento de ensino	Data (conclusão)	Duração	Observações

6. Check-list de comprovativos

(deve procurar reunir os elementos que permitam comprovar a informação anteriormente descrita)

- Certificados Escolares;
- Certificados de Cursos de Formação;
- Certificados de Participação em Seminários, workshops, etc;
- Avaliações de desempenho;
- Declarações emitidas pela entidade onde desempenhou funções (cartas de recomendação, etc);
- Outros (quais)? _____

7. Observações:

8. Assinatura do Candidato

_____ (Local), _____ de _____ de _____

O/A Candidato/a _____

Anexo 2 – Modelo de Ficha de Autoavaliação

A preencher pelos serviços

Entidade: _____ Nº do Processo: _____

O/A Técnico/a de ORVC: _____ Data de análise: _____

1. Dados Pessoais

Nome: _____

Nº de ID Civil/Militar /Passaporte: _____

2. Candidatura de RVCC Pro Treinador(a) de Desporto

Certificação à qual se candidata: Treinador(a) de Desporto de _____

(modalidade desportiva e grau de certificação)

3. Grelha de Autoavaliação

(Na grelha em apreço devem ser identificadas todas as unidades de competência e tarefas associadas, como identificadas no referencial de RVCC Pro da certificação alvo da candidatura, e assinaladas as tarefas que são comprovadas recorrendo a evidências – Portefólio e as que não são comprovadas por este meio).

Nº UC:			UC:		
Tarefas	Ponderação	Sim	Pontuação	Não	Justificação

Pontuação da UC: _____

4. Observações:

Anexo 3 – Modelo de Ficha de Análise do Portefólio

A preencher pelos serviços

Entidade: _____ Nº do Processo: _____

O/A Técnico/a de ORVC: _____ Data de análise: _____

1. Dados Pessoais

Nome: _____

Nº de ID Civil/Militar /Passaporte: _____

2. Candidatura de RVCC Pro Treinador(a) de Desporto

Certificação à qual se candidata: Treinador(a) de Desporto de _____

(modalidade desportiva e grau de certificação)

3. ID do Portefólio: _____ (condição a definir pela entidade)

4. Análise do Portefólio

(Na grelha de análise do Portefólio deveram estar indicadas todas as unidades de competência e tarefas associadas como identificadas no referencial de RVCC Pro da certificação alvo da candidatura).

Nº UC:			UC:		
Tarefas	Ponderação	Tarefa Validada	Pontuação	Tarefa Não Validada	Justificação

Observações:

Anexo 4 – Modelo de Relatório de Entrevista Técnica

A preencher pelos serviços

Entidade: _____ Nº do Processo: _____

O/A Técnico/a de ORVC: _____ Data de análise: _____

1. Dados Pessoais

Nome: _____

Nº de ID Civil/Militar /Passaporte: _____

2. Candidatura de RVCC Pro Treinador(a) de Desporto

Certificação à qual se candidata: Treinador(a) de Desporto de _____

(modalidade desportiva e grau de certificação)

3. Resultado da Entrevista Técnica

Nº UC:				UC:	
Nº	Tarefas	Ponderação	Tarefa Validada	Pontuação	Justificação

Observações:

Anexo 5 – Modelo de Ata da Sessão de Validação

1.Dados da Entidade

Designação: _____

Técnico(a) de ORVC: _____

2.Dados do Candidato

Nome: _____

Nº de ID Civil/Militar /Passaporte: _____

3.Candidatura de RVCC Pro Treinador(a) de Desporto

Certificação à qual se candidata: Treinador(a) de Desporto de _____

(modalidade desportiva e grau de certificação)

4.Resultado da Avaliação

Nº UC	Unidade de Competências Validadas	Ponderação	Pontuação			Justificação Sumária
			T	AV	F	

Legenda:

T – Avaliação do/a Técnico/a de ORVC | AV – Autoavaliação do/a candidato/a | F – Pontuação Final

Observações:

Data da sessão de validação: ____/____/____

O/A técnico/a de ORVC

(_____)

O/A candidato/a

(_____)

Anexo 6 – Modelo de Ficha de Caracterização e Avaliação da Prova de Competências

1.Dados da Entidade

Designação: _____

Técnico(a) de ORVC: _____

2.Dados do Candidato

Nome: _____

Nº de ID Civil/Militar /Passaporte: _____

3.Candidatura de RVCC Pro Treinador(a) de Desporto

Certificação à qual se candidata: Treinador(a) de Desporto de _____
(modalidade desportiva e grau de certificação)

4. Identificação e Resultado da Avaliação de Unidades de Competência

Nº UC	Unidades de Competência	Ponderação	Classificação*

* Indicação da classificação final atribuída pelo Júri de Certificação. (Campo a preencher após a realização da prova de competências).

O Júri de Certificação

Cargo, identificação e respetivas assinaturas

Técnico/a de ORVC: _____

Formador/a de Treinadores: _____

Representante CPAT: _____

Representante da _____ (Associação de classe), _____

Representante da _____ (Entidade Externa), _____

5. Caracterização e Avaliação de Exercícios Práticos

Nº UC:		UC:	
Objetivo da Prova:			
Nº	Tarefas	Ponderação	Descrição da Prova

Nº	Tarefas	Critério de Avaliação 1	Critério de Avaliação 2	Critério de Avaliação 3	Critério de Avaliação 4	Critério de Avaliação 5	Classificação (tarefas)

Totais (Média)

--	--	--	--	--

Classificação da UC:

Data da prova de competências: ____/____/____

Anexo 7 – Modelo de Ata de Sessão de Certificação

1.Dados da Entidade

Designação: _____

Técnico(a) de ORVC: _____

2.Dados do Candidato

Nome: _____

Nº de ID Civil/Militar /Passaporte: _____

3.Candidatura de RVCC Pro Treinador(a) de Desporto

Certificação à qual se candidata: Treinador(a) de Desporto de _____
(modalidade desportiva e grau de certificação)

4. Resultados da Certificação de Competências

Nº UC	Unidade de Competências Certificadas	Ponderação	Pontuação	Sessão de Validação	Prova de Competências

Nº UC	Unidade de Competências Não Certificadas	Ponderação	Pontuação	Justificação Sumária

5. Resultado do Processo de RVCC

Cumprimento de/a: pelo menos 50% das UC não nucleares ... Totalidade das UC nucleares ...

Classificação Final: _____ valores

APTO ...

NÃO APTO ...

Observações:

Data da sessão de certificação: ____/____/____

O Júri de Certificação

Cargo, identificação e respectivas assinaturas

Técnico/a de ORVC: _____

Formador/a de Treinadores: _____

Representante CPAT: _____

Representante da _____ (Associação de classe), _____

Representante da _____ (Entidade Externa), _____