



**REGULAMENTO DE
RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E
CERTIFICAÇÃO DE
COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA PARA
TODOS**



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	4
Regime Geral	4
PROCEDIMENTOS E METODOLOGIA	5
CRITÉRIOS DE EVIDÊNCIA	7
ESCALA DE AVALIAÇÃO DE COMPETÊNCIAS	17
CONDIÇÕES DE VALIDAÇÃO	17
PROVA DE COMPETÊNCIAS	18
CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS	18
ENTIDADES RESPONSÁVEIS PELA AVALIAÇÃO DO PROCESSO RVCC	18
DIPLOMA DE QUALIFICAÇÃO	19
EMIÇÃO DE TPTD POR VIA DIPLOMA DE QUALIFICAÇÕES RVCC PRO TD	20
VALORES DE INSCRIÇÃO	20
CRONOGRAMA DO PROCESSO DE RVCC	20
FORMA DE PAGAMENTO	20
ANEXOS – MODELOS DE FICHAS	22
Anexo 1 – Modelo de Ficha de Percurso Profissional e de Formação	23
Anexo 2 – Modelo de Ficha de Autoavaliação	25
Anexo 3 – Modelo de Ficha de Análise do Portefólio	26
Anexo 4 – Modelo de Relatório de Entrevista Técnica	27
Anexo 5 – Modelo de Ata da Sessão de Validação	28
Anexo 7 – Modelo de Ata de Sessão de Certificação	31

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 para Todos. 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 Para Todos, 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 Para Todos, grau II*.

*Consultar Referencial de Formação Específica de Ginástica Para Todos, 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 Para Todos, grau II*, elaborado pela Federação de Ginástica de Portugal.

*Consultar Referencial de Formação Específica de Ginástica Para Todos, 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/comprovativos 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 Para Todos, 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 para todos, 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, Ginástica para Todos, 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 Ginástica Para Todos, 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 GPT, grau II* adaptado ao processo RVCC (consultar documento).

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA PARA TODOS

Matéria	Competências de saída	Tarefas não nucleares	Tarefas nucleares	Método de Avaliação		
				Teste Teórico	Avaliação Oral	Plano de Treino
História da Ginástica para Todos 1. Origens da Ginástica - Antiguidade – Militar, Educação, Medicina e Artes Cénicas 2. História da Ginástica em Portugal 3. As origens de cada disciplina da Ginástica 4. Da Ginástica aos Princípios Doutrinários da Educação Física 5. Enquadramento conceptual da Ginástica 6. Festivais Nacionais e outros festivais internacionais	» Conhecer as origens da ginástica no mundo e em Portugal, das diferentes disciplinas gímnicas e da atividades internacionais do nosso país.		» Conhece e descreve as origens da ginástica no mundo e em Portugal, das diferentes disciplinas gímnicas e das atividades internacionais do nosso país.	X		
O que é a Ginástica para Todos 1. Definições de Ginástica e de Ginástica para Todos 2. Enquadramento da Ginástica para Todos 3. As áreas, atividades e práticas que a GpT engloba 4. Filosofia da GpT e sua aplicação 5. A Ginástica para Todos como atividade para a vida. 6. Componentes da Ginástica de Representação na GpT	» Conhecer as atividades, conteúdos e objectivos da GpT.		» Identifica e enumera as atividades, conteúdos e objectivos da GpT no mundo e em Portugal.	X	X	
Materiais da GPT 1. Ginástica de e com Aparelhos na GpT 2. A segurança de utilização 3. Os PMG's e os aparelhos	» Conhecer os diferentes tipos de materiais possíveis de utilizar na GpT; » Utilizar os materiais da maneira mais rica possível para a atividade.	» Aplica e usa os materiais da maneira mais rica possível para a atividade.	» Conhece, identifica e utiliza os diferentes tipos de materiais possíveis de utilizar na GpT.	X	X	X
Proposta de um Modelo Técnico para a Construção de uma Apresentação em	» Conhecer e identificar os componentes de uma coreografia;	» Identifica, justifica a escolha do tipo de	» Conhece, identifica e descreve os componentes	X	X	X

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA PARA TODOS

GPT 1. Fatores que contribuem para uma boa apresentação 2. Fatores determinantes da construção de uma coreografia 3. Exigências gerais para a elaboração de uma coreografia 4. Metodologia da composição dos exercícios 5. Variedade na ocupação do espaço 6. Conteúdo de uma coreografia 7. Acompanhamento Musical	» Definir, organizar e planejar a construção de uma coreografia; » Identificar, justificar e escolher o tipo de acompanhamento musical para uma classe, adaptada à faixa etária e nível de execução técnica.	acompanhamento musical para uma classe, adaptada à faixa etária e nível de execução técnica.	de uma coreografia; » Define, escolhe, organiza e planeja a construção de uma coreografia.			
Música: 1. Acompanhamento Musical 2. Estrutura da Música 3. O adolescente e a(s) Música(s)	» Conhecer noções básicas de uma frase musical; » Reconhecer a música como forma de dinamizar e motivar os atletas durante o treino.	» Utiliza a música como forma de dinamizar e motivar os atletas durante o treino; Realiza uma escolha musical adequada ao grupo.	» Conhece a importância da utilização de música durante os treinos/aquecimentos.	X		X
Segurança e Controlo de Riscos na Prática 1. Filosofia de Segurança?! 2. Enquadramento da Segurança 3. Áreas de Intervenção	» Conhecer os pressupostos de uma filosofia de segurança global da prática gímnica; » Conhecer, identificar e compreender as componentes da organização de uma metodologia de gestão global da segurança na prática; » Conhecer, descrever e aplicar as informações disponibilizadas, para desenvolver uma política de segurança para um espaço de prática gímnica.	» Conhece, descreve e aplica as informações disponibilizadas, para desenvolver uma política de segurança para um espaço de prática gímnica.	» Conhece os pressupostos de uma filosofia de segurança global da prática gímnica; » Conhece, identifica e demonstra compreender as componentes da organização de uma metodologia de gestão global da segurança na prática.	X		X
Coreografar ou Juntar Movimentos 1. Diferentes movimentos isolados 2. Sequências de formas diferentes	» Conhecer a diversidade de movimentos possíveis; » Conhecer como se pode realizar a		» Identifica diversos movimentos; » Identifica as sequências		X	X

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA PARA TODOS

3. Motivo coreográfico 4. Coreografar	mesma sequência de diferentes formas; » Reconhecer o motivo coreográfico; » Reconhecer uma pequena sequência coreográfica.		e o que mudou nelas; » Cria o motivo coreográfico. » Realiza uma pequena sequência coreográfica.			
A Contribuição das Danças para a Ginástica 1. Harmonia dos movimentos 2. Qualidade e modo de execução dos movimentos 3. Graciosidade e atitude na realização da sequência coreográfica 4. Sincronização/Dessincroniz. dos movimentos	» Conhecer a influência da dança na execução dos movimentos; » Aprender a postura e a atitude a ter em exibição/representação; » Reconhecer o seu espaço e o dos outros; » Aprender a sincronizar os meus movimentos e deslocamentos com os restantes elementos.	» Aprende a sincronizar os seus movimentos e deslocamentos com os restantes colegas.	» Reconhece o transfere das bases da dança para a execução harmoniosa e graciosa dos movimentos; » Identifica a postura e a atitude correta a ter em exibição/representação.		X	X
A Base Coreográfica na Execução da Técnica Gímnica 1. Ligação e encadeamento dos movimentos coreográficos aos elementos gímnicos 2. Técnica Gímnica/elementos coreográficos 3. Exercícios Práticos	» Conhecer a relação temporal da coreografia e da técnica gímnica com a música; » Estabelecer uma relação entre a música, a coreografia e a técnica gímnica.		» Encadeia de forma não previsível, elementos gímnicos com elementos coreográficos e com a música.		X	X
Diferentes Formas de Execução 1. Diferentes formas e dinâmicas de executar o mesmo movimento 2. Diferentes frentes de execução	» Conhecer as diversas formas de execução de um movimento; » Saber utilizar as diferentes frentes como uma única; » Realizar sequências com diferentes formas de execução.	» Sabe utilizar as diferentes frentes.	» Conhece as diversas formas de execução de um movimento.	X	X	X
A Exibição Gímnica como Espetáculo para o Observador 1. Movimentos/elementos não previsíveis 2. Guarda-roupa original 3. Utilização de materiais ou objetos	» Reconhecer a importância da utilização de movimentos/elementos diferentes e pouco previsíveis para a construção da coreografia e do espetáculo no seu todo; » Criar um guarda-roupa original	» Cria um guarda-roupa original adequado á idade dos atletas e ao tema coreográfico; » Utiliza materiais	» Reconhece a importância da utilização de movimentos/elementos diferentes.		X	X

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA PARA TODOS

pouco usuais 4. Formações diferentes	adequado à idade dos atletas e ao tema coreográfico; » Utilizar materiais adequados à composição coreográfica e que a possam enriquecer; » Utilizar formações diferentes das usuais.	diferentes, e formações originais.				
Exibição Gímica 1. Identidade da classe/grupo 2. Conteúdos da apresentação 3. A escolha da música	» Conhecer a diversidade de identidades nos grupos/classes de Ginástica para Todos; » Reconhecer a importância da construção de uma identidade para o sucesso de um grupo/classe e das suas apresentações; » Realizar uma seleção de músicas apropriada à identidade do grupo e da apresentação.		» Identifica as diferenças de identidade entre grupos; Identifica as principais características de um grupo/classe que a distinguem na envolvente da Ginástica para Todos; » Realiza uma escolha musical adequada à apresentação.		X	X
O Espaço Na Conceção De Um Esquema/Exercício Gímico 1. Níveis de execução 2. Espaço 3. Deslocamentos 4. Direções da apresentação 5. Formações 6. Representação gráfica	» Conhecer as principais Formas de Ocupação de um espaço de apresentação; » Realizar uma esquematização gráfica da apresentação; » Identificar erros e aplicar correções.	» Identifica os erros mais comuns.	» Elabora a esquematização gráfica de uma apresentação de acordo com os princípios da ocupação do Espaço; » Conhece as correções e aplica as mesmas de forma adequada.		X	X
O Tempo E A Sua Relação Com A Música 1. Coreografia 2. Técnica Gímica	» Conhecer a relação temporal da coreografia e da técnica gímica com a música; » Estabelecer uma relação entre a música, a coreografia e a técnica gímica; » Definir um tempo de apresentação adequado ao grupo/classe.		» Elabora exercícios de treino que possibilitem a melhoria da relação - Coreografia, Técnica Gímica e Música.		X	X

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA PARA TODOS

Criatividade Geral 1. Capacidade criativa 2. Descoberta de novas ideias 3. Brainstorming 4. Mapas Mentais	» Conhecer o que é capacidade criativa; » Perceber que todas as ideias vêm de uma anterior; » Sistematizar o método criativo e aplicar os procedimentos de desenvolvimento da capacidade criativa.	» Sistematiza e prepara o método criativo e aplica os procedimentos de desenvolvimento da capacidade criativa.	» Conhece, identifica e descreve o que é a capacidade criativa; » Percebe que todas as ideias vêm de uma anterior.	X	X	
Criatividade Na Construção Coreográfica 1. Criatividade....é a capacidade de criar algo 2. Aparelhos 3. Espaço 4. Música	» Identificar as componentes da capacidade criativa; » Perceber que as ideias vêm de uma tipologia de análise, com materiais, espaços e músicas; » Sistematizar o trabalho a o método criativo e sistematizar os procedimentos de desenvolvimento da ideia.	» Sistematiza e prepara o método criativo e aplica os procedimentos de desenvolvimento da capacidade criativa.	» Conhece, identifica e descreve o que é a capacidade criativa; » Percebe que todas as ideias vêm de uma anterior.	X	X	
Jogos Criativos 1. Classificação dos jogos criativos 1.1. Jogos de Corpo 1.2. Jogos de Tempo 1.3. Jogos de Espaço 1.4. Jogos de Energia/Dinâmica 1.5. Jogos de Relação 1.6. Jogos de Confiança 2. Elaboração de pequenas coreografias a partir da concretização de jogos criativos e suas variantes	» Conhecer os diferentes tipos de jogos criativos; » Diferenciar e aplicar os jogos criativos para potencializar a criação de novos movimentos e ideias para a construção de uma composição coreográfica de GPT.	» Diferencia e aplica os jogos criativos para potencializar a criação de novos movimentos e ideias para a construção de uma composição coreográfica de GPT.	» Conhece, identifica e descreve os diferentes tipos de jogos criativos.	X		X
Criatividade Na Coreografia 1. Movimentos acrobáticos, ligações acrobáticas e coreográficas 2. Exploração de novos materiais e de aparelhos tradicionais	» Conhecer a aplicabilidade dos diferentes tipos de movimentos para criar novas ideias coreográficas com todas as condicionantes em presença; » Explorar novos materiais e aparelhos tradicionais;	» Explora as músicas de forma diversificada; » Explora o espaço de forma não habitual.	» Conhece, sistematiza, escolhe e aplica os diferentes tipos de movimentos para criar novas ideias coreográficas, com todas as	X		X

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA PARA TODOS

3. Música 4. Formações	» Explorar as músicas de forma diversificada; » Explorar o espaço de forma não habitual.		condicionantes em presença; » Explora novos materiais e aparelhos tradicionais.			
Componentes Técnicas E Estruturais Da Apresentação Em Gpt 1. Categorização dos elementos técnicos em GpT 2. Elementos Técnicos acrobáticos por disciplina a utilizar em GpT 3. Elementos de saltos gímnicos a utilizar em GpT 4. Elementos coreográficos a utilizar em GpT 5. Tipo de trabalho na componente estrutural da apresentação 6. O conceito de espetáculo em GpT	» Conhecer, escolher, preparar e ensinar os diferentes elementos técnicos acrobáticos aos diferentes ginastas conforme o seu nível técnico; » Conhecer e preparar as apresentações com base nos critérios técnicos de avaliação das atividades em que participa; » Conhecer e adaptar a atividade a populações com necessidades especiais.	» Conhece, constrói e prepara as apresentações com base nos critérios técnicos de avaliação das atividades em que participa; » Conhece e adapta a atividade a populações com necessidades especiais.	» Conhece, escolhe, prepara o treino e ensina os diferentes elementos técnicos acrobáticos aos diferentes ginastas conforme o seu nível técnico.	X		
Condicionantes Do Treino Em Gpt 1. Introdução 2. Crescimento, Morfologia e Prontidão Desportiva 3. Psicologia do Desporto adaptada a GpT 4. Pedagogia do Desporto adaptada a GpT 5. Desenvolvimento e Treino das Capacidades Físicas e Motoras em GpT	» Conhecer as condicionantes referentes ao crescimento, morfologia e prontidão desportiva; » Conhecer as condicionantes referentes à psicologia desportiva e do trabalho em grupo; » Conhecer as condicionantes referentes à pedagogia desportiva; » Conhecer as condicionantes referentes ao desenvolvimento das capacidades física e motoras; » Conhecer as condicionantes referentes ao trabalho em grupo heterogéneos.	» Conhece, identifica, planeia e aplica: - condicionantes referentes à pedagogia desportiva e do trabalho em grupo; - o treino relativamente ao desenvolvimento das capacidades físicas e motoras; - as condicionantes referentes ao trabalho em grupo heterogéneos.	» Conhece, identifica, planeia e aplica: - os exercícios e atividades para trabalhar com as condicionantes referentes ao crescimento, morfologia e prontidão desportiva; - condicionantes referentes à psicologia desportiva e do trabalho em grupo.	X		X

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA PARA TODOS

Planeamento do Treino Desportivo 1. Condicionamentos do Treino Desportivo em grupos bastante heterogéneos 2. Identificação das Componentes do Treino em presença 3. Fichas para um Planeamento do Treino Plurianual, para 1 ciclo de GYMnaestrada 4. Metodologia de desenvolvimento de um Planeamento de 4 anos para uma Classe/Bloco	» Conhecer as condicionantes referentes ao trabalho em grupo heterogéneos, nos diversos escalões etários e sua relação o treino para a criação de uma apresentação adaptada às condições de cada população.		» Conhecer as condicionantes referentes ao trabalho em grupo heterogéneos, nos diversos escalões etários e sua relação o treino para a criação de uma apresentação adaptada às condições de cada população.	X	X	X
Integração de Pessoas Deficientes nas Exibições Em Gpt 1. Análise das adaptações a desenvolver 2. Atividades, exercícios e jogos práticos 3. Estrutura da música	» Conhecer as principais metodologias de intervenção para adaptar as atividades; » Conhecer, enumerar e aplicar os exercícios corretos para a melhoria da condição física, motora e funcional dos participantes.	» Conhece, enumera e aplica os exercícios que permitam elaborar um trabalho para apresentação.	» Diferencia e aplica as principais metodologias de intervenção para adaptar as atividades.	X	X	X
Nutrição, Sono e Rendimento Desportivo/Ginastas Juniores e Seniores 1. O papel da Nutrição na Ginástica de Representação 2. O papel dos nutrientes no desempenho desportivo 3. Condicionantes nutricionais e clínicos associados à prática de Ginástica 4. Micronutrientes especiais para as ginastas 5. Regras de uma alimentação saudável na Ginástica de Representação 6. Composição corporal 7. Sono	» Educar as ginastas para comportamentos baseados numa alimentação saudável; » Aplicar os conceitos de uma alimentação saudável antes, durante e depois do treino; » 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 PARA TODOS

Modelos de Análise das Técnicas Gímnicas 1. Modelos de Interação de Instrumentos 2. Métodos de análise: Qualitativa e Quantitativa 3. Métodos e Meios versus Técnica	» Interpretar e intervir na definição das técnicas gímnicas; » Formular e investigar princípios gerais e específicos na resolução de problemas inerentes ao processo de aprendizagem/treino das técnicas gímnicas; » Adequar individualmente o programa de treino nos planos técnicos numa determinada modalidade (aparelho; atividade); » Controlar e avaliar os aspetos funcionais no desempenho das técnicas gímnicas; » Utilizar tecnologias de informação para avaliação e interação no desempenho das técnicas gímnicas; » Refletir sobre as práticas no desenvolvimento técnico, apoiando-se na investigação e outros recursos do âmbito profissional.	» Formula e aplica a metodologia das tecnologias relevantes para o desenvolvimento das técnicas gímnicas.	» Concebe, organiza e prescreve as formas de rentabilizar a aprendizagem das técnicas gímnicas; » Interpreta os resultados obtidos durante a execução das técnicas gímnicas em diversas situações e propõe modificações.	X		X
Biomecânica 1. Velocidade Angular 2. Momento de Inércia 3. Torque 4. Momento Angular 5. Princípio e Métodos das Piruetas 6. Receções 7. Elasticidade dos Aparelhos	» Compreender a origem e os fatores associados aos movimentos angulares executados em Ginástica; » Explicar os princípios e os métodos para a execução dos gestos técnicos que envolvem rotação nos eixos transversal (mortais) e longitudinal (piruetas); » Utilizar adequadamente os materiais ou aparelhos com base nas suas características.		» Analisa e compreende diversas técnicas das disciplinas gímnicas com base nos conceitos de biomecânica, interpretando a razão das metodologias recomendadas, bem como a origem de eventuais desvios observados relativamente.	X	X	
Prevenção de lesões 1. Prevenção de Lesão (Revisão dos	» Identificar, descrever quais as lesões tipo na ginástica, nas		» Identifica, descreve as diferentes lesões que são	X	X	

REGULAMENTO DE RECONHECIMENTO, VALIDAÇÃO E CERTIFICAÇÃO DE COMPETÊNCIAS
RVCC GRAU II – GINÁSTICA PARA TODOS

Conteúdos do Grau I) 1.1 Fatores de risco 1.2 Níveis de prevenção de lesões desportivas 1.3 Lesões com maior incidência nos jovens 2. Princípios de prevenção de lesões e Medidas preventivas (Revisão dos Conteúdos do Grau II) 3. O papel do treino proprioceptivo na prevenção de lesões 3.1 Recomendações para a prescrição de Treino Proprioceptivo	diferentes faixas etárias; » Indicar as principais precauções a incorporar no treino para evitar o seu aparecimento.		características na ginástica, nas diferentes faixas etárias; » Indica as principais precauções e a forma de adaptar a carga de treino a incorporar no treino para evitar o seu aparecimento.			
---	--	--	--	--	--	--

*Consultar Referencial de Formação Específica de GPT, 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), _____