



**CAPÍTULO**

**V**

## O Treinador deve ser um Profissional de Qualidade Superior

José Fernandes Rodrigues<sup>1,2</sup>

<sup>1</sup>Escola Superior de Desporto de Rio Maior, Instituto Politécnico de Santarém

<sup>2</sup>Centro de Investigação em Qualidade de Vida

### Introdução

O treinador de desporto deve ser um profissional de qualidade superior. Esta será a ideia pela qual apresentarei os meus argumentos na perspetiva de um desporto mais seguro e competente, mais educado e valorizado, onde a ética e os valores são a verdadeira dimensão humana da atividade (Bento, 2019).

É do conhecimento geral, a importância que o Desporto tem, para todas as sociedades modernas, em particular para o nosso país, nos mais diversos domínios do saber e do ser, dos media à política, da economia aos clubes desportivos, da educação aos jovens, do treino aos atletas.

Considero que se deve abordar o tema da formação dos treinadores como se tratando de profissionais fundamentais e diferenciadores para a qualidade do desporto. Os objetivos deste estudo são a identificação da necessidade de qualidade no exercício profissional do treinador de desporto, a clarificação da importância que as competências de educação têm no treino desportivo em todos os contextos profissionais, a valorização do modelo sequencial e por etapas na formação dos treinadores de desporto e a definição da intervenção profissional do treinador de desporto como um ator no desenvolvimento social das organizações e dos intervenientes neste fenómeno.

Neste sentido, subscrevo as palavras de Lima (2001) quando se preocupa com a importância necessária da função de treinador, uma vez que o treinador tem um grande valor social com impacto no desporto do nosso país. O treinador deverá ser um interveniente responsável na formação dos jovens e simultaneamente um ator público comportando uma ação de educador e responsável pelos resultados desportivos dos atletas e equipas.

## **A diversidade dos ambientes profissionais implica um excelente domínio das competências de educação**

O treinador pode atuar em diversos contextos profissionais, devendo evidenciar competências de qualidade na sua intervenção. Nos ambientes de treino de participação ou nos contextos do treino de rendimento (ou performance), o treinador deve tratar o atleta numa perspetiva de desenvolvimento, granjeando o resultado do processo de treino como uma prática profissional de educação do atleta.

É usual investigarmos as características dos treinadores de sucesso. Procuramos os critérios que determinam um resultado profissional de grande qualidade do treinador aliado ao sucesso desportivo dos seus atletas. Afinal o que é um treinador de sucesso? Sobretudo, uma grande preocupação na ação profissional de elevada qualidade e com determinação no desenvolvimento dos seus atletas. Será sempre um técnico carregado de competências e saberes educacionais.

Segundo Sarmiento (2017, p.7) "(...) a incumbência pedagógica do professor de educação física ou do treinador desportivo está, também, na ajuda aos praticantes na valorização das suas potencialidades e na procura de níveis de sucesso, para que o indivíduo ganhe mais motivação pelo próprio desempenho (prestação, performance) e sinta prazer na sua participação". Deste modo, o problema centra-se sobre o modelo de formação do treinador, para que seja mais concreto e mais real, com o objetivo de aumentar a sua competência pedagógica. O aconselhamento e a experimentação durante a formação do treinador permitem perceber as dificuldades da intervenção, em análise com o seu comportamento (em regime de supervisão) focado na modificação comportamental do treinador em formação.

Os treinadores têm uma intervenção, constante e continuada, orientada para o desenvolvimento dos seus atletas. Este exercício profissional não é inato, carece de formação, de treino, contando com inúmeras soluções profissionais para os diversos cenários do treino no dia-a-dia. Desde as competências de instrução e treino dos atletas, das decisões de planeamento, das competências relacionais, passando pelo conhecimento especializado, pelo diagnóstico seguro, etc., o treinador deve assegurar o domínio destas competências e saberes visando a educação dos seus atletas (Rosado, 2017).

Outro contexto profissional, especialmente sensível, é o treino de jovens, quer seja na dimensão participação, quer seja no contexto do rendimento. O

treinador de jovens tem um papel educativo por excelência, indo para além da dimensão desportiva, procurando o desenvolvimento integral e complexo do jovem enquanto ser humano. Nesta perspetiva, o treinador deve estar munido de ferramentas adequadas à educação dos seus atletas jovens. Nesta perspetiva, Resende (2015, p.192) afirma que “o treinador emerge como determinante a fim de assegurar um desenvolvimento positivo e sustentado do jovem atleta. O treinador deve assumir as suas responsabilidades no processo consciencializando-se da responsabilidade que é trabalhar com jovens e preparando-se adequadamente no que concerne aos aspetos científicos e tecnológicos necessários para desempenhar a sua função”. Devendo, portanto, ser garantido que o seu processo de formação seja profundo e reflexivo, crítico e educativo, de modo a ser um verdadeiro ator para o desenvolvimento dos jovens desportistas.

Poderíamos enumerar outros contextos de prática profissional dos treinadores, mas certamente que iríamos concluir acerca da enorme importância que a sua intervenção profissional tem no domínio educativo, da aprendizagem, da performance, do desenvolvimento dos atletas, jovens e adultos, de pouco ou muito rendimento desportivo. Exercer a profissão de treinador implica um dever de “(...) proporcionar aos seus atletas, durante os treinos, todos os meios que lhes permitam atingir o máximo rendimento durante a competição. Para otimizar os processos de treino de forma a permitir a sua plena aplicabilidade na competição, o treinador vai ter que investir nas tarefas de planeamento (decisões pré-interativas) e de reflexão (decisões pós-interativas)” (Sequeira, 2017, p.15).

O treinador de desporto tem um conjunto de ferramentas técnicas pedagógicas com as quais interage com os atletas, com os pais, com os outros intervenientes, numa dimensão complexa e dialética, característica do processo de treino desportivo. Deste modo, o conhecimento dos processos de ensino e de treino, dos mecanismos da aprendizagem cognitiva e motora, das dinâmicas interrelacionais com os atletas, constituem o fundamento de qualidade que o treinador deve garantir no exercício do ato profissional em treino desportivo.

### **A aquisição de competências na formação dos treinadores desenvolve-se através de modelos por etapas**

O treinador evolui na sua performance profissional, por etapas, adquirindo as competências e os saberes ao longo dos processos de formação a que

se sujeita. Neste sentido, julgo fundamental que se organize o modelo de formação em consonância com as etapas clássicas do desenvolvimento de um profissional desta natureza.

A capacidade de intervir na profissão é estratificada em função do nível de competência e de experiência profissional associada. É sobretudo na dialética entre o conhecimento e a prática profissional que o desenvolvimento das competências se organiza. Deste modo, julgo adequado que o treinador tenha um processo de formação organizado por etapas, sendo que a etapa inicial deve garantir uma intervenção profissional de qualidade. Como ilustração expomos o que Côté e Gilbert (2009, p.316) referem quando procuraram identificar uma definição para a atividade do treinador que deve ser uma *“consistent application of integrated professional, interpersonal, and intrapersonal knowledge to improve athletes’ competence, confidence, connection, and character in specific coaching contexts”*.

Os níveis de performance dos treinadores, como qualquer profissional de intervenção técnica e aplicada aos contextos profissionais específicos e diversificados, são regulados não pela administração, mas sim pela formação e desenvolvimento das suas competências e saberes, onde o conhecimento técnico e científico e a experiência profissional jogam numa dinâmica constante.

A formação dos treinadores tem sido objeto de estudo, onde os investigadores encontram solo fértil nos currículos simplistas e com frágil fundamento científico. Para Mesquita (2017, p.232) é a partir da investigação mais recente que *“(...) emerge a mensagem de se tornar urgente formar treinadores com “mente de qualidade”, capazes de estabelecer elevado comprometimento, autonomia e responsabilidade pelos contornos e percurso da própria aprendizagem e desenvolvimento. Para o efeito, os programas de formação de treinadores terão de incorporar matrizes curriculares que explicitamente desenvolvam hábitos de reflexão, de resolução de problemas e partilha de conhecimento com os outros, base do pensamento crítico e de uma formação orientada para o sucesso profissional”*.

As competências pedagógicas, de planeamento, de decisão, de intervenção, de diagnóstico, de prescrição, de correção, etc., devem ser desenvolvidas em diversas etapas, proporcionando um treino faseado das técnicas da performance profissional dos treinadores.

Garantir que existe treino das competências em ambiente facilitado e supervisionado, passando para o contexto real posteriormente, devidamente acompanhado, garante uma adequada formação e a transposição do domínio

dos conhecimentos científicos e técnicos para o domínio da intervenção profissional.

Apesar das dificuldades de definição do espectro profissional, Duffy et al (2011, p.93) consideraram que *“sport coaching status categories include volunteer coach, professional coach, and the preparatory category of pre-coach. It is suggested that sport coaching should define its future identity as a blended professional area, operating within the wider field”*. Esta abordagem identifica claramente diversas etapas ou estádios de desenvolvimento e intervenção do treinador, pelo que a sua formação necessita de uma abordagem complexa e multifacetada garantindo as competências fundamentais para iniciar a atividade profissional.

Este percurso por etapas deve procurar configurar-se numa adequação ao formando, em função dos seus requisitos, isto é, dos seus conhecimentos e das suas experiências. Nesta conjugação os atletas com experiência desportiva anterior, refletida e interiorizada, revelam uma enorme mais-valia para o desenvolvimento da profissão de treinador.

O treinador em formação deverá seguir um percurso que possibilite numa fase inicial a abordagem aos instrumentos técnicos e metodológicos do desporto específico, conhecimento das ciências do desporto e das suas aplicações práticas e competências para o seu próprio desenvolvimento profissional. Esta fase é uma etapa que deverá garantir qualidade na intervenção adequada ao seu público-alvo. Os treinadores mais experientes e os professores asseguram uma equilibrada atuação profissional do treinador no início da sua carreira.

As etapas subsequentes orientam-se para o desenvolvimento dos conhecimentos e competências nas ciências do desporto, no desporto específico e em diversas áreas técnicas e científicas que são integradas no exercício profissional autónomo, visando o sucesso desportivo dos seus atletas. Este período pode repartir-se em algumas fases considerando a especificidade do desporto em causa e a complexidade dos sistemas desportivos em que se insere.

Por fim, para alguns treinadores atingiremos a etapa da mestria profissional, em que os saberes e as experiências jogam uma dinâmica fundamental para o sucesso da intervenção do treinador. Aqui trata-se das abordagens de elevado nível de complexidade desportiva e organizacional, remetendo para o exercício das atividades de coordenação e gestão dos processos no treino desportivo e na formação de treinadores.

## **A profissão de treinador é socialmente muito valorizada pela intervenção que realiza com o ser humano**

Treinador é uma profissão que intervêm com seres humanos, na perspectiva da sua evolução e desenvolvimento motor, cognitivo, social (integral). Esta complexidade profissional está reservada a alguns profissionais que têm uma formação de nível superior, proporcionando uma elevada qualidade na intervenção profissional sobre o ser humano.

O treinador tem uma missão ímpar, comprometido com a sociedade e com a liberdade de pensamento e de ação, como refere Bento (2019, p.8) “(...) não pode deixar de exercitar essa qualidade indispensável à separação do trigo do joio, de procurar o apurado grau da capacidade de espírito crítico em relação a si mesmo, ao seu perfil, papel e labor; nem pode ficar neutro e indiferente ao modelo que hoje se quer impor a todo o custo, qual seja o de colocar a vida, a sociedade, a cultura e o desporto sob os ditames exclusivos do mercado e das suas ambições curtas, míopes, pequenas e comezinhas, rasteiras e torpes”.

A intervenção técnica com atletas, jovens, adultos ou seniores, importa um elevado grau de conhecimento e de competência, para além dos saberes e vivências do desporto específico. O treinador é um ator de desenvolvimento social e utiliza ferramentas técnicas e metodológicas que necessitam de aprendizagem e treino complexo e duradouro, para a sustentabilidade das suas intervenções profissionais junto dos atletas e das organizações desportivas.

O treinador tem necessidade de prescrever soluções técnicas, táticas, físicas, psicológicas, etc., de modo adequado, técnico e ético, garantindo um diagnóstico científico, para uma boa prescrição do treino, para o rendimento dos atletas. Estas competências solicitadas pela atividade profissional dos treinadores, correspondem ao nível de autonomia e intervenção profissional previsto nos níveis 5, 6 e 7 do quadro europeu de qualificações. Isto é, a formação dos treinadores deve garantir uma educação científica e técnica de nível elevado (superior) para proporcionar o desenvolvimento destas competências e saberes.

A título de exemplo, para o nível 5 do quadro europeu de qualificações (Comissão Europeia, 2019), o treinador deverá possuir conhecimentos abrangentes, especializados, factuais e teóricos na área do desporto e das ciências do desporto e a consciência dos limites desses conhecimentos. Deve reve-

lar uma gama abrangente de aptidões cognitivas e práticas necessárias para conceber soluções criativas para os problemas no ensino, no treino e no desenvolvimento do desporto. Saberá utilizar as suas competências para gerir e supervisionar o desporto nos diversos contextos profissionais, sujeitos a alterações imprevisíveis, bem como para rever e desenvolver o seu desempenho profissional como treinador, e de outros treinadores.

Os níveis 6 e 7 do quadro europeu de qualificações implicam conhecimentos mais aprofundados e especializados, bem como, da investigação aplicada no contexto profissional. Exigem, também, o domínio das competências de intervenção mais complexas e estratégicas e, ainda, competências avançadas de responsabilização coletiva e individual.

Pensamos então que os atletas somente deveriam aceitar a prescrição de treino, em qualquer das suas vertentes, por treinadores que tenham as competências adequadas, garantindo a sua saúde e integridade complexa como ser humano.

Portanto, quando nos interrogamos sobre o sucesso profissional, deveremos antever que as práticas profissionais e experiências técnicas de grande relevo, que são devidamente reconhecidas e validadas pela sua qualidade, evidenciam um quadro de competências e saberes profissionais de nível superior.

No desenvolvimento do projeto AEHESIS, o grupo de trabalho Sport Coaching, orientado por Duffy (2008, p.88), atestou que *“coach education programmes should consist of a combination of competence-based training; formal coach education sessions; individual learning; e-learning; distance learning; supervised practice and recognition of current competence and prior learning. Theoretical, practical and on-the-job training should be essential features of all coach education programmes, underpinned by an adherence to the Code of Ethics and Conduct”*. Esta afirmação consubstancia a orientação da formação de treinadores para a dimensão humanista de desenvolvimento dos atletas na perspetiva integral e complexa do ser humano.

## **A formação de treinadores deverá ter um enorme valor pedagógico e um grande impacto social**

Os valores que os treinadores veiculam (ou não!) fazem deles atores determinantes na formação (na educação) de atletas, jovens e adultos, do público e de todos os atores do desporto. São os treinadores os profissionais

que deverão refletir a sua prática profissional e a prática do desporto, na sua dimensão de complexidade, tão intensa e tão efémera nesta sociedade mediática e tecnológica.

Para Figueiredo (2018) o modelo de formação dos treinadores deve ser aberto na operacionalização curricular dos processos formativos. A metodologia do treino, a didática e a pedagogia do desporto são os eixos fundamentais do currículo, que se cruzam com as áreas científicas aplicadas ao contexto do desporto. Esta interligação origina um conjunto hipercomplexo de saberes e competências que são decisivas na qualidade da intervenção profissional.

O treinador é um ator deste fenómeno social complexo que é o desporto. A sua formação deverá proporcionar um conhecimento refletido nos valores e nas ideias que configuram as práticas sociais neste contexto profissional. O treinador deve ser um profissional com plena consciência da complexidade social envolvente e com competências para intervir no desenvolvimento dos grupos sociais e dos ambientes que encontra. O treinador mais que um técnico do corpo é sobretudo um profissional social.

O treinador tem a missão de reinventar o desporto, de fazer retornar ao futuro algo do passado que valoriza a prática desportiva. Aliás, como afirma Lipovestky (2013, p.232) “... já ninguém brinca nem com o próprio corpo nem com a saúde. Na esteira da análise, o desporto transformou-se num trabalho, num investimento permanente a gerir com método, escrupulosamente e, de alguma maneira, profissionalizante”.

Neste sentido, os programas de formação dos treinadores devem proporcionar o desenvolvimento de competências de comunicação, nos ambientes mediáticos, para a intervenção junto de outros atores no desporto (jornalistas, pais, dirigentes, empresários, designers, psicólogos, etc...).

O treinador deverá conseguir refletir sobre os valores do desporto, pondo em prática as experiências e as ideias que lhe estão subjacentes. A dimensão ideológica do desporto, nas suas diversas complexidades, deverá ter um impacto na atuação profissional do treinador. Deste modo, as competências de inovação, de interpretação da realidade, de projeção do futuro, devem ser estimuladas nos processos de educação, procurando atingir níveis de desenvolvimento muito relevantes. Deste modo, concordamos com Resende (2015, p.183) quando refere que “os treinadores constituem-se como os agentes decisivos para um desenvolvimento positivo dos jovens através do desporto pois determinam o terreno moral em que edificam a sua formação. Esta influência que se concretiza através da instrução começa a construir-se desde que o jo-

vem atleta chega ao local do treino, prolonga-se no balneário e materializa-se efetivamente durante a sessão de treino e competição”. Este processo de educação ideológica, dos valores e dos comportamentos, projetam o efeito da intervenção do treinador para o futuro das competências para a vida dos atletas.

A formação dos treinadores deve ter um valor pedagógico fundamental, pois conforme afirma Sarmiento (2000, p.8), “o desporto está ao serviço do Homem como prática e como pedagogia e por isso é de todos e de cada região e é nessa qualidade que se apresenta como estrutura essencialmente participativa, democrática; apresenta-se como um conceito institucional na responsabilidade de fomentar a atividade desportiva”. Os treinadores devem atuar com sentido pedagógico na formação dos atletas e dos diversos intervenientes (técnicos, dirigentes, pais, etc.).

O treinador é um ator social com muita influência no ambiente que o rodeia, seja por contextualização mediática ou personalizada. Portanto, conforme afirma Lima (2000, p.13 ) “(...) como é que vamos admitir que, no sistema desportivo, aqueles que ensinam, treinam e dirigem crianças e jovens sejam dispensados de uma habilitação apropriada?”. Este é o primado pela responsabilidade social e pessoal dos treinadores enquanto intervenientes na educação e treino dos jovens e adultos. “No mínimo há que assegurar para todos os treinadores a formação inicial e a formação contínua como condições necessárias ao exercício da sua importante função no desenvolvimento desportivo nacional e à sua elevada missão formativa junto da juventude (...)” conclui Lima, confirmando a importância que estes técnicos têm na nossa sociedade.

À guisa de conclusão e por uma formação do treinador de desporto que deverá ser um profissional de qualidade superior

Nesta minha breve análise identifiquei alguns dos desafios que se colocam à formação de treinadores, sendo que na operação destes processos, caberá sempre a emergência de um ser humano renovado, consciente da complexidade, individual e social, dos nossos tempos. Até porque, a mudança no desporto e na sociedade está instalada e acelerada, os tempos de hoje já não são os tempos do futuro. Não são os tempos da “(...) era ideológico-política, mas levada pela dinâmica técnica e científica. Quanto mais a época se instala no culto democrático erigido como um novo absoluto, mais os laboratórios imaginam um futuro dissemelhante e trabalham para produzir um universo de ficção científica” (Lipovetsky, 2015, p. 71).

Esta dinâmica complexa e hostil às seguranças profissionais instaladas im-

põe um treinador ativo, culturalmente evoluído e consciente da sua missão de ator neste teatro do desenvolvimento da nossa sociedade e do desporto.

Deveremos ter sempre presente nas nossas preocupações a qualidade e a seriedade da profissão de treinador de desporto, procurando valorizar-se a educação deste profissional em detrimento dos interesses corporativos tradicionalmente instalados na formação destes técnicos.

Atualmente, o foco da intervenção do treinador é identificado com o desenvolvimento do atleta. Assim, como refere Sequeira (2019, p.97), “today, coaching is viewed in light with holistic perspectives toward athlete development that highlight the need to understand coaching philosophy and practice aligned with a positive youth development (PYD) perspective”.

O treinador como profissional de qualidade superior deve ser educado nos valores, na ciência, nas técnicas, na investigação, na intervenção, etc., na complexidade que caracteriza este facto social que é o Desporto.

## Referências Bibliográficas

Bento, J. (2019). Do desporto: necessidade de recordar e avivar o seu legado. *Olimpianos – Journal of Olympic Studies*, 3, 1-26. Doi:<https://doi.org/10.30937/2526-6314.v3.id73>

Comissão Europeia (2019). *Quadro Europeu de Qualificações: Apoio à aprendizagem, ao trabalho e à mobilidade transfronteiras*. Serviço das Publicações da União Europeia.

Côté, J. & Gilbert, W. (2009). An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(3), 307-323. doi: 10.1260/174795409789623892

Duffy, P. Hartley, H., Bales, J., Crespo, M., Dick, F., Vardhan, D., Nordmann, L., & Curado, J. (2011). Sport coaching as a ‘profession’: challenges and future directions. *International Journal of Coaching Science*, 5(2), 93- 123.

Duffy, P. (2008). Implementation of the Bologna Process and Model Curriculum Development in Coaching. In K.Petry, K.Froberg, A.Madella & W.Tokar-

ski (Eds.). *Higher education in sport in Europe* (pp. 80-108). Meyer & Meyer Sport, Lda.

Figueiredo, A. (2018). Multidimensionalidade e fatores de treino desportivo. Em J. Cruz, J. Amoroso, L. Coelho, M. Barroso, N. Amaro, P. Morouço, R. Gonçalves, R. Salvador & R. Matos (Eds.). *Livro de Resumos do 2.º Fórum REDESPP – DESPORTO*. REDESPP - Rede de Escolas do Ensino Superior Politécnico com Formação em Desporto (pp. 17-18). REDESPP e Escola Superior de Educação e Ciências Sociais – Instituto Politécnico de Leiria.

Lima, T. (2000). *Saber treinar, aprende-se!*. Centro de Estudos e Formação Desportiva.

Lima, T. (2001). *Com que então quer ser treinador? Basquetebol – da aprendizagem à competição*. Centro de estudos e Formação Desportiva.

Lipovetski, G. & Charles, S. (2015). *Os tempos hipermodernos*. Edições 70.

Lipovetski, G. (2013). *A era do vazio. Ensaios sobre o individualismo contemporâneo*. Edições 70.

Mesquita, I. (2017). O valor das pedagogias críticas na formação de treinadores com mente de qualidade. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, (S1.A)*, 223-233.

Resende, R. & Gomes, A.R. (2015). Treino de jovens desportistas para uma evolução positiva através do desporto. Em S. F. Molina & M. C. Alonso (Eds.), *Innovaciones y aportaciones a la formación de entrenadores para el deporte en la edad escolar* (pp. 175-194). Universidade de Extremadura & Editora da Unicamp.

Rosado, A. (2017). A liderança dos treinadores: entre o desejo e a possibilidade. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, (S1.A)*, 234-247.

Sarmiento, P. (2000). Desporto e desenvolvimento humano. Em P. Sarmiento, A. Rosado & J. Rodrigues (Eds.), *Formação de Treinadores Desportivos* (pp. 3-19), ESDRM.

Sarmiento, P. (2017). A investigação pedagógica em ciências do desporto. Em J. Rodrigues & P. Sequeira (Eds.), *Contributos para a formação de treinadores de sucesso* (pp. 5-8), Visão e Contextos.

Sequeira, P. (2019). The Role of Coach Education: Past and Current Challenges. Em F. Santos, L. Stracham, P. Pereira & D. Macdonald (Eds.). *Coaching Positive Development: Implications and Practices from Around the World* (pp. 93-99), Omniserviços.

Sequeira, P., Hanke, U., & Rodrigues, J. (2017). O comportamento pedagógico do treinador de Andebol. Em J. Rodrigues & P. Sequeira (Eds.), *Contributos para a formação de treinadores de sucesso* (pp. 25-39), Visão e Contextos.