

**TRABALHO, SOLIDARIEDADE E SEGURANÇA SOCIAL**

Gabinete do Secretário de Estado Adjunto, do Trabalho e da Formação Profissional

Despacho n.º 7294/2021

Sumário: Cria e autoriza o funcionamento do CET de Técnico/a Especialista em Exercício Físico, na entidade Promofitness Unipessoal, L.^{da}, em Braga.

O Decreto-Lei n.º 88/2006, de 23 de maio, inscreve-se num quadro de política que visa promover o aumento das aptidões e qualificações dos portugueses, dignificar o ensino e potenciar a criação de novas oportunidades, impulsionando o crescimento sociocultural e económico do País, ao possibilitar uma oferta de recursos humanos qualificados geradores de uma maior competitividade.

Considerando a necessidade de conciliar a vertente do conhecimento, através do ensino e da formação, com a componente da inserção profissional qualificada, os Cursos de Especialização Tecnológica (CET) visam alargar a oferta de formação ao longo da vida;

Considerando que a decisão de criação e entrada em funcionamento de um CET, nas entidades acreditadas pelo Ministério do Trabalho, Solidariedade e Segurança Social, é da competência da Ministra da Tutela, podendo ser delegada, nos termos do artigo 43.º do Decreto-Lei n.º 88/2006, de 23 de maio;

Considerando, ainda, que nos termos do artigo 42.º do aludido diploma, o pedido foi instruído e analisado pelo Instituto do Emprego e Formação Profissional, I. P., designado, nos termos do artigo 41.º do mesmo diploma, como serviço instrutor, pelo Despacho n.º 20051/2006, publicado no *Diário da República*, 2.ª série, de 2 de outubro de 2006;

Considerando, por último, que foi ouvida a Comissão Técnica para a Formação Tecnológica Pós-Secundária, nos termos do artigo 34.º do Decreto-Lei n.º 88/2006, de 23 de maio;

Ao abrigo do artigo 43.º do Decreto-Lei n.º 88/2006, de 23 de maio, e das competências delegadas pelo n.º 1.3 do Despacho n.º 892/2020, de 14 de janeiro, publicado no *Diário da República*, 2.ª série, n.º 15, de 22 de janeiro de 2020, determino:

1 — É criado e autorizado o funcionamento do CET de Técnico/a Especialista em Exercício Físico, na entidade Promofitness Unipessoal, L.^{da}, em Braga, nos termos do Anexo I ao presente despacho, que dele faz parte integrante.

2 — O presente despacho é válido por um período de cinco anos, a partir da data da sua publicação, e as ações devem iniciar-se durante o respetivo período de vigência.

3 — Cumpra-se o disposto no artigo 44.º do Decreto-Lei n.º 88/2006, de 23 de maio.

13 de julho de 2021. — O Secretário de Estado Adjunto, do Trabalho e da Formação Profissional, *Miguel Filipe Pardal Cabrita*.

ANEXO I

1 — Instituição de formação

Promofitness Unipessoal, L.^{da}

2 — Denominação do curso de especialização tecnológica

Técnico/a Especialista em Exercício Físico

3 — Área de formação em que se insere

813 — Desporto

4 — Perfil profissional que visa preparar
Técnico/a Especialista em Exercício Físico

O/A Técnico/a Especialista em Exercício Físico é o profissional que planeia, concebe, orienta e conduz todos os programas e atividades desportivas da condição física (*fitness*) desenvolvidos nas



instalações desportivas que prestam serviços desportivos na área da manutenção da condição física, bem como participa, sob coordenação e supervisão do Diretor Técnico, na avaliação e prescrição das atividades desportivas, no controlo da qualidade dos serviços prestados e na implementação de medidas conducentes à sua melhoria, na fidelização dos clientes e na promoção da adesão à prática desportiva e da aquisição de estilos de vida saudáveis.

5 — Referencial de competências a adquirir

Avaliar de forma integrada a condição física do praticante de acordo com as orientações do Diretor Técnico (DT).

Aconselhar, prescrever e planear as atividades desportivas mais adequadas de acordo com a avaliação global do praticante e de acordo com a coordenação e a supervisão do DT.

Conduzir e orientar os programas das atividades desportivas previamente estabelecidos.

Promover a aquisição de estilos de vida saudáveis associados ao exercício físico.

Colaborar nos programas de adesão e fidelização de praticantes.

Participar na definição e implementação de planos de manutenção e organização do espaço e dos equipamentos.

Colaborar na avaliação da qualidade dos serviços prestados, propor e implementar medidas visando a melhoria dessa qualidade, de forma a fidelizar os clientes, regendo-se pelo código de ética.

6 — Plano de Formação

Componente de formação (1)	Área de educação e formação (2)	Unidade de formação (3)	Horas de trabalho		ECTS (6)		
			Total (4)	Contacto (5)			
Geral e Científica	223. Língua e literatura materna	Língua portuguesa	75	50	3		
		Língua inglesa	75	50	3		
	222. Línguas e literaturas estrangeiras.	462. Estatística	Estatística descritiva	37,5	25	1,5	
			<i>Subtotal</i>	187,5	125	7,5	
Tecnológica.	813. Desporto	Fisiologia do exercício físico	37,5	25	1,5		
		Introdução à biomecânica e anatomia funcional.	37,5	25	1,5		
		Nutrição e suplementação	37,5	25	1,5		
		Primeiros socorros no exercício físico	37,5	25	1,5		
		Saúde pública e atividade física	37,5	25	1,5		
		Psicologia do exercício	37,5	25	1,5		
		Pedagogia do exercício	37,5	25	1,5		
		Técnicas de negociação e venda em <i>fitness</i> .	37,5	25	1,5		
		<i>Coaching</i> e comunicação	37,5	25	1,5		
		Gestão de espaços de <i>fitness</i>	37,5	25	1,5		
		Ética, deontologia e legislação do <i>fitness</i>	37,5	25	1,5		
		Metodologia das atividades de grupo	75	50	3		
		Metodologia das atividades de musculação e <i>cardiofitness</i> .	75	50	3		
		Metodologia das atividades em meio aquático.	75	50	3		
		Metodologia das atividades <i>body & mind</i>	75	50	3		
		Metodologia do treino personalizado	75	50	3		
		Metodologia da atividade física com populações especiais.	75	50	3		
		Metodologia das atividades <i>outdoor fitness</i> .	75	50	3		
		481. Ciências informáticas	Avaliação e prescrição do exercício	Aplicações informáticas na ótica do utilizador.	75	50	3
					37,5	25	1,5



Componente de formação (1)	Área de educação e formação (2)	Unidade de formação (3)	Horas de trabalho		ECTS (6)
			Total (4)	Contacto (5)	
Subtotal . . . Em contexto de trabalho. Total	347. Enquadramento na organização/empresa.	Qualidade dos serviços e satisfação dos clientes.	37,5	25	1,5
			1 087,5	725	43,5
		Formação em Contexto de Trabalho	400	400	16
			1 675	1 250	67

Notas

Na coluna (1) indica-se a componente de formação (Geral e Científica e ou Tecnológica), de acordo com as unidades de formação;

Na coluna (2) indicam-se as áreas de educação e formação, de acordo com o disposto na Portaria n.º 256/2005, de 16 de março;

Na coluna (3) indicam-se as unidades de formação do Catálogo Nacional de Qualificações;

Na coluna (4) indicam-se as horas totais de trabalho de acordo com a definição constante do Decreto-Lei n.º 42/2005, de 22 de fevereiro;

Na coluna (5) indicam-se, de entre as horas totais de trabalho, quantas têm a natureza de horas de contacto, de acordo com a definição constante da alínea d) do artigo 2.º do Decreto-Lei n.º 88/2006, de 23 de maio;

Na coluna (6) indicam-se os créditos segundo o *European Credit Transfer and Accumulation System* (sistema europeu de transferência e acumulação de créditos), fixados de acordo com o disposto no Decreto-Lei n.º 42/2005, de 22 de fevereiro.

7 — Condições de acesso e de ingresso

7.1 — Podem candidatar-se à inscrição no CET:

- a) Os titulares de um curso de ensino secundário ou de habilitação legalmente equivalente;
- b) Os indivíduos que tendo obtido aprovação em todas as disciplinas dos 10.º e 11.º anos e tendo estado inscritos no 12.º ano de um curso de ensino secundário ou de habilitação legalmente equivalente não o tenham concluído;
- c) Os titulares de uma qualificação profissional de nível 4;
- d) Os titulares de um Diploma de Especialização Tecnológica ou de um grau ou diploma de ensino superior que pretendam a sua requalificação profissional.

7.2 — Os candidatos que não sejam titulares de um curso do ensino secundário ou de habilitação legalmente equivalente, deverão cumprir integralmente o Plano de Formação Adicional, definido no n.º 9 do presente Anexo.

7.3 — Aos formandos não titulares de um curso de ensino secundário ou de habilitação legalmente equivalente, aquando do ingresso no CET, que o concluem com aproveitamento, precedido do Plano de Formação Adicional, é reconhecido o nível secundário de educação.

8 — Número de formandos:

N.º máximo de formandos

Em cada admissão de novos formandos	20/ação
Na inscrição em simultâneo no curso.	40

9 — Plano de Formação Adicional:

Componente de formação (1)	Área de educação e formação (2)	Unidade de formação (3)	Horas de trabalho		ECTS (6)
			Total (4)	Contacto (5)	
Geral e Científica	481. Ciências informáticas . . . 222. Línguas e literaturas estrangeiras.	Redes de informação e comunicação	75	50	3
		Língua estrangeira — continuação — inglês.	75	50	3



Componente de formação (1)	Área de educação e formação (2)	Unidade de formação (3)	Horas de trabalho		ECTS (6)
			Total (4)	Contacto (5)	
Tecnológica	090. Desenvolvimento pessoal	Fundamentos de cultura, língua e comunicação.	75	50	3
	813. Desporto	Organização do sistema desportivo . . .	37,5	25	1,5
	720. Saúde	Ambiente, segurança e saúde no trabalho em organizações desportivas.	37,5	25	1,5
		Fisiologia	37,5	25	1,5
	Anatomia	75	50	3	
<i>Total . . .</i>			412,5	275	16,5

Notas

Na coluna (1) indica-se a componente de formação (Geral e Científica e ou Tecnológica), de acordo com as unidades de formação;

Na coluna (2) indicam-se as áreas de educação e formação, de acordo com o disposto na Portaria n.º 256/2005, de 16 de março;

Na coluna (3) indicam-se as unidades de formação do plano de formação adicional;

Na coluna (4) indicam-se as horas totais de trabalho de acordo com a definição constante do Decreto-Lei n.º 42/2005, de 22 de fevereiro;

Na coluna (5) indicam-se, de entre as horas totais de trabalho, quantas têm a natureza de horas de contacto, de acordo com a definição constante da alínea d) do artigo 2.º do Decreto-Lei n.º 88/2006, de 23 de maio;

Na coluna (6) indicam-se os créditos segundo o *European Credit Transfer and Accumulation System* (sistema europeu de transferência e acumulação de créditos), fixados de acordo com o disposto no Decreto-Lei n.º 42/2005, de 22 de fevereiro.

314408761