



ACADEMIA MILITAR

A Preparação do Soldado no Combate Corpo-a-Corpo no Exército Português

Autor: Aspirante de Infantaria João Maria de Brito Caçador Mendes de Lima

Orientador: Tenente-Coronel de Infantaria Fernando Alberto de Paiva Ribeiro de Moura

Coorientador: Capitão de Infantaria Guilherme Ramalho Gomes de Sousa Neto

Mestrado Integrado de Ciências Militares na Especialidade de Infantaria

Relatório Científico Final do Trabalho de Investigação Aplicada

Lisboa, maio de 2023



ACADEMIA MILITAR

A Preparação do Soldado no Combate Corpo-a-Corpo no Exército Português

Autor: Aspirante de Infantaria João Maria de Brito Caçador Mendes de Lima

Orientador: Tenente-Coronel de Infantaria Fernando Alberto de Paiva Ribeiro de Moura

Coorientador: Capitão de Infantaria Guilherme Ramalho Gomes de Sousa Neto

**Mestrado Integrado de Ciências Militares na Especialidade de Infantaria
Relatório Científico Final do Trabalho de Investigação Aplicada
Lisboa, maio de 2023**

ΕΠΙΓΡΑΦΕ

DEDICATÓRIA

Á minha família. Serão sempre a minha estrela polar ao percorrer o caminho das pedras.

AGRADECIMENTOS

Começo por agradecer àqueles que mais o merecem, a minha família. Ao meu pai, à minha mãe, ao meu irmão e à Bonnie, a minha cadela. Sem vocês teria sem dúvida perdido o Norte múltiplas vezes. Ter-vos presentes na minha cabeça foi fonte de determinação constante para que ao atingir os meus objetivos vos pudesse deixar orgulhosos. Nada me deixará mais feliz do que relembrar as vossas caras de orgulho de cada vez que vos anúncio mais uma conquista. Um muito sincero e profundo obrigado a vocês!

De seguida agradeço a todos os meus camaradas de curso, sei que apesar de ter de caminhar pelas minhas próprias pernas, nunca o farei sozinho. Sempre que senti dificuldades, olhei para o lado, vi que sofriam comigo e de repente a mochila era mais leve e a água já não era tão fria. Agradeço por tudo aquilo que já fizeram por mim e por tudo aquilo que estão dispostos a fazer. Nunca esquecerei mal conseguir andar devido às dores nos pés e, houve quem, apesar das suas próprias dores, me colocasse aos seus ombros e me carregasse.

Por último agradeço ao meu antigo diretor de curso, Tenente-Coronel Polho. Foi um professor sem igual nas cadeiras de tática no 4º ano e, sem dúvida marcou o nosso percurso enquanto curso, enquanto militares e principalmente enquanto Infantes.

Agradeço também a todos os que se disponibilizaram para que pudesse entrevistar para a realização deste trabalho. A vossa dedicação à causa sem dúvida contribuiu par este trabalho e como exemplo daquilo que é o dever de disponibilidade.

RESUMO

O presente trabalho de investigação incide sobre o tema “A Preparação do Soldado no Combate Corpo-a-Corpo no Exército Português”.

Como objetivo esta investigação apresenta o propósito de fornecer uma visão abrangente do estado da formação e treino em Defesa Pessoal e Combate Corpo a Corpo para os militares do Exército Português, abrangendo desde oficiais até praças. O objetivo geral delineado é caracterizar a formação e treino na área da Defesa Pessoal e Combate Corpo a Corpo dos militares do Exército Português.

É crucial salientar que existe uma lacuna significativa de pesquisa nesta área, tanto em termos de publicações científicas anteriores quanto em trabalhos de investigação aplicada anteriores. A divergência nas orientações escritas e nas formações em curso neste campo dentro do Exército Português, aliada à necessidade contínua de atualização de conhecimentos e técnicas no contexto do Combate Corpo-a-Corpo, apresenta desafios significativos na definição do objetivo de estudo.

Dessa maneira, este estudo optou pela abordagem indutiva como método para estruturar todo o processo de pesquisa. Inicialmente, uma revisão bibliográfica foi realizada com o intuito de contextualizar conceptualmente a temática em questão, seguida pela análise documental. A recolha de dados foi conduzida por meio de seis entrevistas, cujo tratamento se baseou na abordagem qualitativa. Os resultados obtidos permitiram identificar as principais características da formação e treino em Combate Corpo-a-Corpo no Exército Português, assim como as diferenças entre o que está determinado nos manuais e o praticado atualmente. O Combate Corpo-a-Corpo oficialmente apoia-se em manuais já desatualizados e que na prática já não se encontram em uso, tendo os formadores nesta área feito significativas mudanças ao programa proposto por estes manuais ou usando um outro programa completamente independente deste.

Palavras-chave: Combate Corpo a Corpo, Exército Português, Formação, Treino.

ABSTRACT

The present research work focuses on the topic of "Soldier Preparation in Hand-to-Hand Combat in the Portuguese Army." The objective of this investigation is to provide a comprehensive overview of the state of training and education in Personal Defense and Close Quarters Combat for the military personnel of the Portuguese Army, encompassing both officers and enlisted personnel. The overall objective was to characterize the training and education in the area of Personal Defense and Close Quarters Combat for the military personnel of the Portuguese Army.

It is crucial to highlight that there is a significant research gap in this area, both in terms of previous scientific publications and applied research. The divergence in written guidelines and ongoing training in this field within the Portuguese Army, coupled with the continuous need for knowledge and technical updates in the context of the Close Quarters Combat, presents significant challenges in defining the research objective.

Thus, this study opted for an inductive approach as the method to structure the entire research process. Initially, a literature review was conducted to conceptually contextualize the subject matter, followed by documentary analysis. Data were collected through six interviews and their treatment was based on a qualitative approach. The obtained results allowed for the identification of the main characteristics of training and education in Close Quarters Combat in the Portuguese Army, as well as the differences between what is specified in the manuals and current practices. Officially, Close Quarters Combat relies on outdated manuals that are no longer in use. Trainers in this field have made significant changes to the program proposed by these manuals or have implemented a completely independent program.

Keywords: Hand to Hand Combat, Portuguese Army, Education, Training.

ÍNDICE GERAL

EPIGRAFE	i
DEDICATÓRIA.....	ii
AGRADECIMENTOS	iii
RESUMO	iv
ABSTRACT	v
ÍNDICE GERAL	vi
ÍNDICE DE FIGURAS	ix
ÍNDICE DE QUADROS	x
ÍNDICE DE TABELAS	xi
LISTA DE APÊNDICES E ANEXOS	xii
LISTA DE ABREVIATURAS, SIGLAS E ACRÓNIMOS	xiii
INTRODUÇÃO.....	1
CAPÍTULO 1 – ENQUADRAMENTO CONCEPTUAL	3
1.1. Combate Corpo-a-Corpo	3
1.1.1. Enquadramento Histórico do Combate Corpo-a-Corpo.....	3
1.1.2. O Combate Corpo-a-Corpo	4
1.1.3. Defesa Pessoal.....	6
1.1.4. Distinção e complementaridade da Defesa Pessoal e CCC.....	7
1.1.5. Características do Ensino de CCC.....	8
1.1.6. Princípios dos Sistemas de CCC	10
1.2. Base concetual da formação no Exército Português.....	12
1.2.1. Formação	13
1.2.2. Treino	14
1.3. O CCC no Campo de Batalha Moderno	15
CAPÍTULO 2 – FORMAÇÃO EM CCC NO EXÉRCITO PORTUGUÊS.....	16
2.1. Análise Documental – CCC no Exército Português.....	16

2.1.1.	Curso de Formação Geral Comum de Praças do Exército	16
2.1.2.	Plano de Formação Anual	17
2.1.3.	Curso de Instrutor Militar de Krav Maga Nível 1	19
2.1.4.	Curso de Formação de Oficiais/Curso de Formação de Sargentos RV/RC	20
2.1.5.	Curso de Instrutor de Educação Física Militar – Grau 1	20
2.1.6.	Curso de Paraquedistas.....	21
CAPÍTULO 3 – METODOLOGIA		22
3.1.	Abordagem	22
3.2.	Método.....	24
3.3.	Técnicas de recolha de dados	24
3.3.1.	Documentação	25
3.3.2.	Entrevistas	26
3.3.3.	Amostra	27
3.4.	Análise de dados.....	28
3.5.	Validade e fiabilidade.....	29
CAPÍTULO 4 – APRESENTAÇÃO, ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS .		29
4.1.	Enquadramento.....	29
4.2.	Análise das Entrevistas.....	30
4.3.	Discussão dos Resultados – Entrevistas	39
4.3.1.	Escola de Sargentos do Exército	39
4.3.2.	Regimentos de Lanceiros nº2	40
4.3.3.	Regimento de Comandos.....	40
4.3.4.	Escola dos Serviços	40
4.3.5.	Academia Militar.....	41
4.3.6.	Escola das Armas	41
4.3.7.	Considerações Comuns	42

4.3.8. Sugestões e Contributos suscitados pelos entrevistados	42
CAPÍTULO 5 – CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES	43
5.1. Enquadramento	43
5.2. Resposta a Perguntas Derivadas	43
5.3. Resposta à Pergunta de Partida.....	46
5.4. Confirmação dos Objetivos de Investigação	47
5.5. Reflexões Finais	47
5.6. Limitações da Investigação	48
5.7. Propostas para Investigações Futuras	48
BIBLIOGRAFIA	49
APÊNDICES	I
CARTA DE APRESENTAÇÃO.....	II
ANEXOS	X

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura nº1 - Áreas de Batimento.....Erro! Marcador não definido.

ÍNDICE DE QUADROS

Quadro nº1– Objetivos Gerais do CFGCPE.....Erro! Marcador não definido.

Quadro nº 2 – Realizações para a Unidade de Competência do CCCErro!

Marcador não definido.

Quadro nº 3 – Conhecimentos, Aptidões e Atitudes para a Unidade de Competência do CCC.....Erro! Marcador não definido.

Quadro nº 4 – Funções Principais das Classes dos militares Paraquedistas Erro!

Marcador não definido.

Quadro nº 5 – Tipos de Entrevistas 26

ÍNDICE DE TABELAS

- Tabela nº 1 - Estrutura Modular do CFGCPE**Erro! Marcador não definido.
- Tabela nº 2 – Tipos de Entrevistas.....**Erro! Marcador não definido.
- Tabela nº 3 - Síntese das respostas relativas à pergunta nº1**Erro! Marcador não definido.
- Tabela nº 4– Síntese das respostas relativas á pergunta nº 2**Erro! Marcador não definido.
- Tabela nº 5 - Síntese das respostas relativas á pergunta nº 3**Erro! Marcador não definido.
- Tabela nº 6 - Síntese das respostas relativas á pergunta nº 4**Erro! Marcador não definido.
- Tabela nº 7 – Síntese das respostas relativas á pergunta nº 5**Erro! Marcador não definido.
- Tabela nº 8 - Síntese das respostas relativas á pergunta nº 6**Erro! Marcador não definido.
- Tabela nº 9 – Síntese das respostas relativas á pergunta nº 7**Erro! Marcador não definido.
- Tabela nº 10 – Síntese das respostas relativas á pergunta nº 8**Erro! Marcador não definido.
- Tabela nº 11 – Síntese das respostas relativas á pergunta nº 9**Erro! Marcador não definido.
- Tabela nº 12 – Tabela resumo relativo a publicações em produção.....**Erro! Marcador não definido.

LISTA DE APÊNDICES E ANEXOS

APÊNDICES	I
APÊNDICE A – CARTA DE APRESENTAÇÃO E PREÂMBULO DAS ENTREVISTAS.....	I
APÊNDICE B – GUIÃO DAS ENTREVISTAS.....	III
ANEXOS	VI
ANEXO A – MOBILIZAÇÃO ARTICULAR.....	VII
ANEXO B – AQUECIMENTO GERAL.....	VI
ANEXO C – AQUECIMENTO ESPECÍFICO GERAL.....	VI
ANEXO D – AQUECIMENTO LOCALIZADO E ESPECÍFICO DO TREM SUPERIOR.....	VII
ANEXO E – AQUECIMENTO LOCALIZADO E ESPECÍFICO DO TREM INFERIOR.....	VIII
ANEXO F – ALONGAMENTOS	IX
ANEXO G – ART. 78º DO ESTATUTO DOS MILITARES DAS FORÇAS ARMADAS.....	X
ANEXO H – COMPETÊNCIAS TRANSVERSAIS.....	X
ANEXO I – COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS.....	XIII
ANEXO J – ESTRUTURA MODULAR DO CURSO.....	XV
ANEXO K – TEMPOS DE FORMAÇÃO EM EFM DO CFO/CFS RV/RC	XV
ANEXO L – UNIDADES DE COMPETÊNCIA DO CIEFM.....	XVI
ANEXO M – ESPECIFICAÇÃO DA FORMAÇÃO DO CIEFM	XIX

LISTA DE ABREVIATURAS, SIGLAS E ACRÓNIMOS

AM – **A**cademia **M**ilitar

BrigInt – **B**rigada de **I**ntervenção

BrigMec – **B**rigada **M**ecanizada

BrigRR – **B**rigada de **R**eação **R**ápida

CCC – **C**ombate **C**orpo-a-**C**orpo

CFGCPE – **C**urso de **F**ormação **G**eral **C**omum de **P**raças do **E**xército

CFO – **C**urso de **F**ormação de **O**ficiais

CFS – **C**urso de **F**ormação de **S**argentos

CIEFM – **C**urso de **I**nstrutor de **E**ducação **F**ísica **M**ilitar

DF – **D**ireção de **F**ormação

EA – **E**scola das **A**rmas

EFM – **E**ducação **F**ísica **M**ilitar

ES – **E**scola dos **S**erviços

ESE – **E**scola de **S**argentos do **E**xército

GNR – **G**uarda **N**acional **R**epublicana

IC – **I**nstrução **C**omplementar

OE – **O**bjetivos **E**specíficos

OG – **O**bjetivo **G**eral

PD – **P**erguntas **D**erivadas

PDO – **P**adrões de **D**esenvolvimento **O**peracional

PP – **P**ergunta de **P**artida

QP – **Q**uadros **P**ermanentes

RCmds – **R**egimento de **C**omandos

REFE – **R**egulamento de **E**ducação **F**ísica do **E**xército

RL2 – **R**egimento de **L**anceiros n^o2

RV/RC – **R**egime de **V**oluntariado/**R**egime de **C**ontracto

TFAM – **T**reino **F**ísico de **A**plicação **M**ilitar

INTRODUÇÃO

A preparação do soldado no Combate Corpo a Corpo no Exército Português continua a ser um tema de relevância significativa, mesmo diante dos avanços tecnológicos contemporâneos (Wojadkowski, 2007). Nesse contexto, é crucial compreender os esforços e processos envolvidos no treino e preparação dos militares em Defesa Pessoal e Combate Corpo a Corpo dentro do Exército Português.

O Combate Corpo a Corpo (CCC) é definido como o confronto físico entre indivíduos, desarmados ou na posse de armas como facas, bastões ou armas de fogo não disparadas (Jensen & Goodman, 2017). Além disso, a Defesa Pessoal é considerada uma reação violenta justificada pela necessidade de proteção própria ou de terceiros (Escola da Guarda, 2010).

Este Trabalho de Investigação Aplicada tem como objetivo analisar o atual processo de treino e os métodos pedagógicos de instrução empregues no Exército Português. É importante ressaltar que há uma lacuna de pesquisa significativa nesta área, tanto em publicações científicas anteriores como em Trabalhos de Investigação Aplicada prévios. Portanto, este estudo tem como propósito fornecer uma visão abrangente do estado da formação e treino em Defesa Pessoal e Combate Corpo a Corpo para os militares do Exército Português, abrangendo desde oficiais até praças. A presente investigação apresenta como objetivo geral caracterizar a formação e treino na área da Defesa Pessoal e Combate Corpo a Corpo dos militares do Exército Português.

Foram definidos como objetivos específicos os seguintes:

OE1: Caracterizar a estrutura do programa de Defesa Pessoal e Combate Corpo-a-Corpo no Exército Português.

OE2: Verificar a implementação do programa de Combate Corpo-a-Corpo nas diferentes Unidades do Exército Português.

OE3: Analisar a implementação dos programas de Defesa Pessoal e Combate Corpo-a-Corpo para a classe de Praças.

OE4: Analisar a implementação dos programas de Defesa Pessoal e Combate Corpo-a-Corpo para as classes de Oficiais e Sargentos.

A composição da Pergunta de Partida (PP) foi influenciada pelo desenvolvimento dos objetivos estabelecidos anteriormente, dando ênfase ao objetivo geral (OG). De acordo com Rosado (2017), a PP é como um farol que direciona a pesquisa do investigador e está

alinhada com os objetivos gerais da investigação. De forma a encontrar um fio condutor ao longo desta investigação surge a pergunta de partida ou questão central:

PP: “Qual o processo de treino dos militares na área da Defesa Pessoal e Combate Corpo a Corpo no Exército Português?”

É importante salientar que os Objetivos Específicos (OE) permitiram a criação das Perguntas Derivadas (PD) presentes de seguida:

PD1: “Quais as orientações, metodologias e diretivas gerais emanadas pelo Exército Português para a implementação e supervisão na Instrução/Formação em Defesa Pessoal e Combate Corpo-a-Corpo?”

PD2: “Quais as características da formação em Defesa Pessoal e Combate Corpo-a-Corpo, ministrada aos instruídos da classe de Praças?”

PD3: “Quais as características da formação em Defesa Pessoal e Combate Corpo-a-Corpo, ministrada aos militares pertencentes às classes de Oficiais e Sargentos?”

Para a elaboração deste trabalho científico, foram seguidas as diretrizes estabelecidas pela Norma de Execução Permanente (NEP) em vigor na Academia Militar 522/1ª de 20 de janeiro de 2016. Além disso, foram adotadas as normas da *American Psychological Association* na sua 7ª edição para a correta referenciação bibliográfica.

Com o objetivo de alcançar os objetivos propostos, o estudo foi estruturado em duas partes principais: uma parte textual e uma parte pós-textual. A parte textual incluiu cinco capítulos: Enquadramento Conceptual, A formação em CCC no Exército Português, Metodologia, Apresentação, análise e discussão dos Resultados e Conclusões e Recomendações. A parte pós-textual incluiu apêndices e anexos necessários para a realização da pesquisa. Os apêndices foram elaborados pelo próprio autor e são relevantes para complementar a parte textual.

CAPÍTULO 1 – ENQUADRAMENTO CONCEPTUAL

1.1. Combate Corpo-a-Corpo

Ao longo deste ponto irá ser estabelecida uma base conceptual relativamente ao CCC, conceitos associados ao mesmo e a forma como se relacionam. Ao delinear de forma clara os contornos destes conceitos será assim proporcionada uma compreensão clara da investigação e dos seus resultados.

1.1.1. Enquadramento Histórico do Combate Corpo-a-Corpo

Ao longo da história da humanidade, o confronto físico entre dois ou mais indivíduos tem sido uma realidade incontornável. Narrativas bíblicas, como a dos irmãos Caim e Abel, e exemplos de sociedades antigas, como a de Esparta, evidenciam a presença constante do Combate Corpo-a-Corpo como uma componente intrínseca da vida em comunidade humana. Sistemas de treino e prática foram desenvolvidos para que os indivíduos pudessem estudar, aprimorar e aperfeiçoar suas habilidades no combate. Esses sistemas são conhecidos como artes marciais, um termo “usado para descrever a totalidade de sistemas de luta combate corpo-a-corpo que originaram das culturas orientais” (Kruszewski, 2023).

As artes marciais têm uma longa história em todo o mundo, com relatos escritos que datam de há séculos atrás. Um dos exemplos mais antigos de artes marciais é o pancrácio, que surgiu na Grécia Antiga e era praticado nos jogos olímpicos. De acordo com Stenius (2014), o pancrácio foi introduzido na 33ª Olimpíada em 648 a.C. e serviu como um prestigiado evento final por séculos, refletindo a alta estima que o desporto tinha na sociedade da época. A palavra "pancrácio" vem do grego "pan" e "kratos", que significam "tudo" e "poderes", respetivamente (Stenius, 2014). Esta forma de luta era uma mistura de boxe e luta livre, permitindo golpes com os punhos e pés, além de técnicas de agarre e estrangulamento. A prática do pancrácio influenciou outras artes marciais em todo o mundo e continua sendo estudado e praticado em algumas regiões.

Ao longo da evolução dos tempos foram ainda testemunhados outros casos onde o CCC se demonstra enraizado na cultura. É exemplo disto o antigo Egito, onde “frescos de túmulos egípcios datados de 2300 a.C., mostram jovens a lutar e rapazes em túnica a boxear e a esgrimar com rolos de papiro” (Figueiredo, 2006). Os espartanos são também um exemplo primo neste aspeto, famosos pela sua cultura onde “as crianças permaneciam

com os pais até aos sete anos, com várias etapas sequentes de educação formal, sendo notório que o exercício físico dominava a vida dos espartanos até aos trinta anos de vida, e mesmo depois, nos ginásios e com os exercícios da caça” (Figueiredo, 2006).

As artes marciais chinesas são consideradas uma vertente fundamental do desenvolvimento das artes marciais. É comum a imitação de diversos animais, sendo essa prática uma parte integral na maioria das artes marciais chinesas e a base para técnicas básicas usadas em *sparring* e situações de combate (Style, 2001). Acredita-se que a imitação de animais nas artes marciais chinesas tem origem em lendas e histórias antigas e é frequentemente associada a filosofias chinesas, como o Taoísmo e o Confucionismo. Essas filosofias destacam a importância da harmonia entre o homem e a natureza, e a imitação dos animais é uma forma de incorporar essa harmonia na prática das artes marciais (Cao, 2018).

Mais recentemente têm vindo a surgir sistemas de combate corpo-a-corpo modernos como o Krav Maga que apresentam um foco particular na defesa pessoal. O Krav Maga surgiu durante o século XIX, criado por IMI Lichtenfeld e pode ser caracterizado como “um sistema de autodefesa com origens enraizadas no esporte, que evoluiu a partir de métodos de lutas preexistentes, apropriando-se de conceitos, técnicas e táticas psicomotoras de “consciência situacional” e “reação inconsciente” (Neto & Foresti, 2021).

1.1.2. O Combate Corpo-a-Corpo

A doutrina e instrução militar apresentam conceitos que estão em constante adaptação ao ambiente dos seus conflitos contemporâneos devido à evolução contínua das tecnologias, dos cenários geopolíticos e com as mudanças nos teatros de operações com base em lições aprendidas. É possível observar estas mesmas mudanças na caracterização do CCC e da sua formação prevista nos vários manuais ao longo do tempo. O CCC foi descrito pelo Exército Americano em 1992 como um confronto entre duas ou mais pessoas numa luta de mãos vazias ou com recurso a armas como facas, bastões e espingardas com baionetas. (U.S. Army, 1992)

Em 2002 esta definição foi atualizada para que se pudesse adaptar de melhor forma aos tempos modernos e adaptada ao Exército Português, sendo incluída no REFE. O CCC é definido pelo REFE como o “Método de Aplicação Militar que tem por finalidade a aquisição de técnicas eficazes para utilização no combate com contacto físico, desenvolvendo características tais como a adaptabilidade, a autoconfiança, a combatividade, a coragem e a decisão e servindo-se de qualidades físicas como a força – a

flexibilidade, e rapidez de reacção, a coordenação e o sentido cinético” (Exército Português, 2002). Durante a construção deste manual deu-se um crescente aparecimento de missões de Combate em Ambiente Urbano (CAU) e foi evidenciado o aparente obsoletismo da espingarda com baioneta como evidenciado por Simões (2017).

Como forma de atualização e adaptação é criado o Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 em 2013. De acordo com o redigido no Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1, “o CCC pode ser descrito como uma luta ou contenda entre dois ou mais oponentes, com ou sem armas, em que o confronto físico se tornou necessário ou incontornável e são necessárias aptidões físicas e psicológicas para o resolver com sucesso” (Exército Português, 2013). Este manual afirma também que o CCC “tem por finalidade a aquisição de qualidades físicas, técnicas e psicológicas para a utilização no combate desarmado ou armado, em circunstâncias o mais próximo possível do real, desenvolvendo características de autoconfiança e combatividade a par da força, flexibilidade e rapidez de reacção, com o objetivo final da aquisição e melhoria de técnicas eficazes” (Exército Português, 2013).

Um conceito extensivamente abordado e introduzido no MCRP 3-02B *Marine Corps Martial Arts Program* (MCMAP), criado pelo *United States Marine Corps* (2011) é a variação do nível de letalidade usado em cada técnica. Este manual apresenta frequentemente técnicas que podem ser usadas de forma letal ou não-letal, afirmando que deve ser procurado com o desenvolvimento das capacidades físicas, do conhecimento e treino em CCC a sua letalidade e controlo sobre a situação aumentam (USMC, 2011). Este uso de força não-letal pode ser associado a Operações de Apoio à Paz, onde sendo necessário o uso da força, o uso de força não-letal pode surgir como uma mais-valia. As soluções não-letais “providenciam um potencial para uma manutenção de paz ativa, o reforço de acordos de cessar-fogo, zonas de exclusão aérea e similares sem a necessidade de destruir ou matar o violador das mesmas” (Gouré, 1995). Este aspeto é importante de ter em conta pois varia não só de acordo com a missão, como acima referido, mas também de acordo com as Regras de Empenhamento¹. “Muitas operações militares, tais como missões de manutenção de paz ou evacuação de não-combatentes, podem restringir o uso de força letal (...) o CCC prepara o soldado para usar a quantidade apropriada de força para qualquer situação” (U.S. Army, 2017).

¹ As Regras de Empenhamento são definidas como “diretivas que um governo pode estabelecer para delinear as circunstâncias e limitações sobre as quais as suas próprias forças navais, terrestres e aéreas irão iniciar e/ou continuar o estabelecimento de combate com forças inimigas” (Roach, 1983)

O Exército Brasileiro no Manual de Campanha – Treinamento Físico Militar Lutas, caracteriza o objetivo deste tipo de formação como “capacitar o militar a defender-se contra agressões, com ou sem armas, e atacar a mãos livres, ou com arma branca, o seu oponente, desenvolvendo, assim, seu poder de combatividade, aperfeiçoando suas habilidades naturais e aumentando a rapidez de seus reflexos” (Exército Brasileiro, 2002). Este é um objetivo que se aproxima mais da noção de Defesa Pessoal, surgindo uma necessidade de ser atualizada em 2017. No mais recente Caderno de Instrução Combate Corpo a Corpo, desenvolvido pelo Exército Brasileiro refere o CCC como um método que tem por finalidade “proteger o indivíduo, evitando riscos desnecessários à sua integridade física, tendo em vista que, em sua execução, o instruendo participa como defensor e atacante” (Exército Brasileiro, 2017).

O manual *Marine Corps Martial Arts Program* adotado pelos *U.S. Marines*, apresenta uma visão diferente de todos os outros quanto à sua finalidade no que toca à formação em CCC. Este manual afirma que o seu foco é “o desenvolvimento pessoal de cada *Marine* como numa estrutura de equipa usando um sistema de combate corpo-a-corpo estandardizado, treinável e sustentável” (US Marine Corps, 2011). Esta posição acerca do CCC é diferente daquela presente na maioria dos manuais, apresentando uma visão do CCC como sendo uma ferramenta do combatente que deve ser integrada na formação e estrutura tática das pequenas unidades.

1.1.3. Defesa Pessoal

O conceito de Defesa pessoal é definido pelo Manual de Defesa Pessoal como “a defesa a uma reação violenta, justificada pela necessidade de uma pessoa se proteger de uma agressão ou de proteger outrem”. Uma ponte que podemos identificar relacionando a Defesa Pessoal com o CCC é o facto de ambos procurarem promover “as potencialidades físicas, cognitivas e emocionais dos intervenientes”. (Escola da Guarda, 2013)

A Defesa Pessoal surge de forma mais adequada para a sociedade civil e/ou forças de segurança, pois a Defesa Pessoal segundo Silva (2013), “implica um conhecimento das capacidades individuais, desenvolvimento da autoconfiança e autodisciplina, mas também passa pela perceção e análise constante do meio envolvente, para a evitar o risco e reagir da forma mais adequada a possíveis situações de risco”. Esta característica da Defesa Pessoal sugere que esta não se foca apenas no confronto físico em si, mas também na perceção situacional de modo a responder ou mesmo evitar situações de conflito.

A Defesa Pessoal é por vezes definida como “o conjunto de movimentos de defesa e ataque, abstraídos de um ou mais estilos de Artes Marciais, que objetivam promover a defesa pessoal própria ou de terceiros, conjugando, ao máximo, as potencialidades físicas, cognitivas e emocionais do agente” (Alecrim & Macêdo, 2016) no entanto por vezes esta é referida como sendo mais profunda do que isto e mencionada como um estilo de vida. Esta ideia é defendida por Camp (1999) que considera a defesa pessoal como um estilo de vida ou um estado mental, significando isto que a Defesa Pessoal é viver num estado de alerta de forma a poder efetuar uma prevenção eficaz relativamente a situações que ocorram.

No contexto da defesa pessoal, e devido a esta ser estudada maioritariamente no mundo civil ou por forças de segurança, é também abordado o conceito da proporcionalidade do uso da força. Segundo este princípio “tem que existir uma relação de equilíbrio entre as vantagens e inconvenientes da utilização de meios coercivos, de modo a compreender uma relação custo-benefício admissível” (Marques, 2016). Este princípio traz uma complexidade adicional à resolução de conflitos no âmbito da defesa pessoal, não podendo ser utilizados todos os meios disponíveis correndo estes o risco de exceder o limite de força aceitável de modo a não incumprir o princípio da proporcionalidade do uso da força. Embora este seja um conceito usualmente associado às forças de segurança devido à natureza das suas funções pode também ter de ser posto em prática por forças do Exército Português como a Polícia do Exército ou qualquer outra força que veja a sua liberdade do uso da força restringida.

1.1.4. Distinção e complementaridade da Defesa Pessoal e CCC

Após terem sido definidos os conceitos de Combate Corpo a Corpo e de Defesa Pessoal ao longo deste ponto irão ser exploradas e expostas as características que os tornam conceitos distintos e as mutualidades presentes nos mesmos.

Não há menção da prevenção ou perceção situacional no conceito de CCC, ao contrário do que muitos autores afirmam relativamente ao conceito de Defesa Pessoal. Simões (2017) argumentou que é contraditório esperar que os militares aprendam Defesa Pessoal, uma vez que eles são frequentemente expostos a cenários de perigo em que o confronto com o inimigo é inevitável. No entanto, o treino da perceção situacional pode aumentar o sucesso em situações de confronto, tanto em CCC como em Defesa Pessoal. Ao ter uma perceção treinada dos maiores riscos associados à ação a ser executada e uma visualização constante de métodos para resolver possíveis situações de confronto físico, o

combatente torna-se mais proficiente em CCC e mais capaz de lidar com situações de conflito (Rice, 2009).

Podemos ver presente o uso de armas, tanto armas de fogo como de corte ou impacto, na maioria dos manuais de CCC antes referidos como o Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 do Exército Português, o Caderno de Instrução - Combate Corpo a Corpo do Exército Brasileiro, o FM 3-25 15 *Combatives* e o MCRP 3-028 *Marine Corps Martial Arts Program* (MCMAP) dos *United States Marines*. Neste aspeto o CCC difere de forma evidente da Defesa Pessoal. Esta diferença prende-se principalmente no nível de força que é pretendido aplicar com o uso das armas. O Manual de Defesa Pessoal da Guarda Nacional Republicana tem no seu conteúdo a Teoria das zonas proibidas e de impacto, onde estão representadas “as zonas de impacto e zonas proibidas na utilização de bastão”. (Escola da Guarda, 2013)

Na figura em anexo² está graficada a verde a zona onde se pode utilizar o bastão, a amarelo os locais onde se pode provocar trauma moderado a grave e a vermelho os locais onde são interditos batimentos como descrito no Manual de Defesa Pessoal (2013).

Ao cumprir a sua missão que se for, por exemplo, destruir o inimigo, o militar deverá fazer uso das técnicas que conhecer e melhor se adaptarem à situação para matar o inimigo, diferenciando-se do conceito de Defesa Pessoal, estando descrito no Manual de Defesa Pessoal que “o uso da força deverá restringir-se ao mínimo indispensável para dominar a violência ou resistência do adversário” (Escola da Guarda, 2013).

1.1.5. Características do Ensino de CCC

“O CCC é uma forma de combate que é caracterizada pelo seu conteúdo único, métodos técnicos, ferramentas e técnicas específicas, assim como um sistema competitivo apropriado” (Lefter, 2016). Este estudo enfatiza as características específicas da formação em CCC no contexto militar, tornando possível identificar os aspetos mais relevantes para o seu desenvolvimento.

O CCC está englobado na Educação Física Militar, tendo assim de se reger a sua formação através do REFE. A Educação Física Militar é definida pelo REFE como “o conjunto de actividades inseridas no Sistema de Instrução do Exército (SIE) que visam contribuir para preparar física, psíquica, social e culturalmente os militares, numa perspectiva de formação global do homem, e que, concorrendo para o fortalecimento do

² Ver anexo N

seu moral, tornam-os mais aptos para o desempenho das missões que lhes possam vir a ser confiadas” (Exército Português, 2002).

De modo a alcançar os seus objetivos, a Educação Física Militar divide-se em diversas e distintas atividades. O CCC enquadra-se no Treino Físico de Aplicação Militar (TFAM), sendo este descrito como o “conjunto de actividades visando a aquisição, o desenvolvimento e a manutenção de determinados gestos, técnicas e capacidades psicomotoras preparatórias para o combate” (Exército Português, 2002). O REFE define alguns princípios orientadores, regendo por eles a formação que prevê, sendo de salientar o Princípio da Adequabilidade, que “passa, necessariamente, pela adequação das sessões de EFM, em especial as de TFAM, à futura especialidade (função) dos Instruendos, nomeadamente com a introdução de determinadas técnicas e cargas de treino mais intensas nas especialidades combatentes ou nas Forças Especiais” (Exército Português, 2002). Técnicas estas que para as especialidades combatentes ou Forças Especiais, mas não só, devem incluir o CCC.

Uma das principais características a salientar que diferencia a formação em CCC na instituição militar para o treino de artes marciais ou desportos de combate no mundo civil é o tempo disponível para atingir os objetivos predefinidos. Ao passo que um praticante de artes marciais civil não tem um limite temporal para desenvolver as suas capacidades, a não ser que seja autoimposto, o formando militar em CCC tem, estando apenas disponível o período para conclusão da formação que esteja a frequentar. “As sessões devem ser conduzidas com a maior objetividade possível, simulando o combate real e as técnicas (...) devem ser repetidas exaustivamente até à automatização” (Exército Português, 2013).

Uma das mais usuais formas de sistematização do método de ensino de artes marciais é a utilização de um sistema de progressão de fácil compreensão e simples na sua essência. As artes marciais clássicas fazem-no através de um sistema de cintos de diferentes cores de modo a “encorajar a melhoria em todos os domínios de aprendizagem”. Na instituição militar, em particular na formação em CCC é possível observar que esta se encontra dividida em Níveis. O Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 organiza a formação em dois níveis, o Nível 1, que se divide em Nível 1A (Elementar) e em Nível 1B (Complementar), e o Nível 2. (Exército Português, 2013) Esta divisão é similar à feita no FM 3-25 onde a formação em CCC é dividida em nível básico, intermédio e avançado. (U.S. Army, 2017) Há ainda sistemas de CCC que apresentam um sistema de progressão através de cinturões de diferentes cores, como é o exemplo do manual *Marine Corps Martial Arts Program* dos *U.S. Marines*, onde a complexidade e a letalidade das técnicas

ensinadas vai aumentando de forma gradual ao longo de cinco cinturões de cores distintas. Este é um sistema de progressão comum às artes marciais tradicionais e cujo uso “pode servir como uma ferramenta motivacional e uma recompensa para estudantes envolvidos” (Oh, Hannon & Banks, 2006)

Os manuais de formação em CCC apresentam um sistema estruturado com vista a preparar os soldados da respetiva força a que se destina o manual para que possam responder às necessidades do campo de batalha moderno. Desta forma, no capítulo seguinte iremos analisar os princípios pelos quais se regem estes sistemas de CCC criados pelas variadas instituições militares.

1.1.6. Princípios dos Sistemas de CCC

“O formador ensina aos soldados estas técnicas, mas devido à quantidade de tempo de treino limitada, os soldados tendem a esquecê-las. Para superar estas tendências, um sistema de CCC deve ser baseado em certos princípios, e depois mantido.” (U.S. Army, 2017)

Embora haja algumas diferenças entre os vários sistemas de CCC suprarreferidos ao longo do trabalho, podemos notar uma espinha dorsal comum a todos, partilhando alguns princípios e conceitos.

Comum a todos os sistemas de CCC e universalmente aceite neste meio é o de que a formação em CCC não trabalha apenas o aprimoramento de capacidades físicas, mas também as capacidades psicológicas, o Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 aborda esta capacidade como a “Serenidade/sangue frio” e descrevendo-a como a capacidade do combatente de “lidar e enfrentar mentalmente as situações sem que o medo ou ódio dominem ou controlem as suas ações.” (Exército Português, 2013) Esta capacidade é ainda referida no FM 21-150 como o Equilíbrio Mental (U.S. Army, 1992).

Um princípio importante da formação em CCC é a Posição, que se traduz na localização do formando em relação ao seu adversário. No Manual de Combate Corpo a Corpo Nível I é introduzido o conceito de “Linha Central”, “manter a “Linha Central” significa permanecer equilibrado ou manter o centro de gravidade estável.” (Exército Português, 2013). O FM 21-150 remete este como sendo um princípio basilar pois está diretamente correlacionado com a capacidade para contra-atacar de forma segura um ataque de um agressor.

Aquele que é o aspeto referido em todos os manuais de instrução em CCC é a segurança. O programa de formação em CCC deve ser desenhado de forma a “treinar os

mais competentes soldados em tempo útil e de forma segura” (U.S. Army, 2017). Esta é uma das razões pelas quais é instituído um programa de formação em CCC, minimizando as lesões e acidentes que possam ocorrer ao longo da formação em CCC. Para isto as técnicas presentes nos manuais de instrução em CCC são apresentadas de forma crescente em termos de complexidade, sendo que “devem ser ministradas pela ordem que surgem no manual, para possibilitar a progressão e segurança na aprendizagem.” (Exército Português, 2013). O aspeto da segurança na formação em CCC será aprofundado mais à frente neste mesmo trabalho.

O Exército Português adota alguns princípios no seu sistema de CCC, evidenciando os seguintes: Serenidade/Sangue frio, Consciência/atenção ao ambiente que o rodeia, Posição dominante do corpo face ao oponente, Distância, Agressividade, Fluidez. (Exército Português, 2013) É ainda relevante para entender a abordagem do Exército Português à formação em CCC expor que o Regulamento de Educação Física do Exército (REFE) define o CCC como o “Método de Aplicação Militar que tem por finalidade a aquisição de técnicas eficazes para utilização no combate com contacto físico, desenvolvendo características tais como a adaptabilidade, a autoconfiança, a combatividade, a coragem e a decisão e servindo-se de qualidades físicas como a força – a flexibilidade, e rapidez de reação, a coordenação e o sentido cinético” (Exército Português, 2002, p.24).

No Exército Português o CCC está inserido no Treino Físico de Aplicação Militar (TFAM) e o Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 elege algumas regras de segurança de modo que os programas de CCC “devem ser elaborados e executados de modo a permitir uma formação ou treino célere dos militares, porém com segurança”. Regras estas que passam pela supervisão, onde “as sessões de Combate Corpo a Corpo devem ser ministradas por instrutores qualificados”; a escolha e preparação das áreas de treino, que “devem ter no mínimo 25x25 metros e o solo deve ser macio”; o uniforme e equipamento usados, “os instrutores e alunos/instruendos/formandos devem usar uniforme nº3, sem barrete e sem cinturão. Quando se entrar nas técnicas de CCC com arma, poderá ser determinado o uso de capacete, cinturão e suspensórios ou colete tático”; a disposição da classe, cujo dispositivo “deve ser adaptado à aérea de treino”; nos estrangulamentos e chaves os “alunos devem estar conscientes do sinal de alerta a transmitir ao parceiro, para que os estrangulamentos e as chaves possam ser treinados com segurança”; nos golpes com trem superior ou inferior “podem ser utilizados vários equipamentos de proteção como luvas, capacetes, colete protetor, proteção genital, proteção para os dentes, caneleiras e proteções para o pé”; nas quedas, enrolamentos e projeções um especial cuidado com a

“execução correta de cada técnica (...) e a segurança no contacto com o solo”; como materiais de treino “ as facas, as pistolas e os bastões a utilizar no treino devem ser simulados”. (Exército Português, 2013)

Integrando-se o treino e formação em CCC uma sessão de treino em CCC deve também respeitar as três fases fundamentais de uma sessão de modo a reduzir o risco e/ou gravidade das lesões. Estas fases são como descrito no REFE a fase preparatória ou de aquecimento, a fase fundamental, e a fase final ou de retorno à calma (Exército Português, 2002). O Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 faz especial referência ao aquecimento, afirmando que este “é uma preparação psicológica, fisiológica e motora do indivíduo para o exercício que irá efetuar, fazendo com que este esteja melhor preparado para o esforço, conseguindo assim ter uma melhor performance e prevenir possíveis lesões” (Exército Português, 2013). O Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1, diferencia-se ainda do REFE pois estrutura o aquecimento de forma particular dividindo-o em mobilização articular, aquecimento geral e aquecimento específico. Neste manual são apresentados quadros resumo que contém informação acerca de como realizar cada uma destas fases³. É ainda apresentado um quadro resumo referente aos alongamentos, sendo esta a única referência feita a trabalho específico da fase final ou de retorno à calma⁴.

1.2. Base concetual da formação no Exército Português

Este subcapítulo destina-se a criar uma fundação teórica sobre os conceitos usados ao longo da investigação presentes nos manuais e referenciais de curso analisados. “A utilização de uma linguagem técnica universal por parte dos interlocutores da formação, é essencial para evitar a fragmentação do pensamento formativo e simultaneamente capacita os mesmo para enfrentarem de forma integra e proficiente” (Direção de Formação, 2017).

É preconizada no Glossário da Formação do Exército a definição de formação, sendo esta o “conjunto de ações formativas que visam a aquisição de competências para o desempenho de atividades” (Direção de Formação, 2017). O Exército Português procura muitas das vezes desenvolver as suas atividades de formação através de cursos. Um curso pode ser definido como o “conjunto lógico de módulos e/ou sessões de formação, conduzidos de forma contínua ou intercalada, através de um plano de formação estruturado e inseridas numa estratégia de desenvolvimento profissional” (Direção de Formação, 2017).

³ Ver Anexos A a E

⁴ Ver Anexo F

Para descrever o estado final padronizado de cada curso são definidos os Padrões de Desempenho Operacional. O Padrão de Desempenho Operacional “define o nível a atingir no desempenho da tarefa, quando em exercício do cargo, ou seja, em condições operacionais” (Direção de Formação, 2017). De acordo com os PDO incluídos em cada referencial são agrupadas Competências Específicas a trabalhar e desenvolver durante o curso a que está afeto o referencial. Estas Competências Específicas “constituem as unidades conceptuais em contextos restritos, direcionadas para as atividades e respetivas tarefas dos cargos” (Direção de Formação, 2017). Contrastando com a individualidade característica das Competências Específicas, as Competências Transversais “são competências de âmbito geral, que abarcam grandes grupos, direcionadas para as categorias de Oficiais, Sargentos, Praças e Especialidades” (Direção de Formação, 2017).

A forma como as Competências Específicas competem para a criação e desenvolvimento de Competências Transversais definem o Perfil Profissional do formando na respetiva formação ou curso. O perfil Profissional consiste na “descrição do conjunto de competências, atitudes e comportamentos requeridos para o exercício de uma atividade ou de uma função” (Direção de Formação, 2017).

No âmbito da formação é também significativo discernir as diferenças entre a formação contínua e a formação inicial. A formação inicial é toda aquela que “visa habilitar ao ingresso nas diferentes armas e serviços, onde são conferidas ao militar as competências necessárias ao desempenho de cargos e exercício de funções próprias de cada especialidade” ao passo que a formação contínua é aquela que “engloba os cursos de especialização, promoção, atualização, aperfeiçoamento e valorização, nos termos do Art.º 78 do EMFAR”⁵ (Exército Português, 2017). Desta forma é plausível analisar que a formação inicial acontece em períodos mais embrionários na formação dos militares, comparativamente à formação contínua. A formação pode estar dividida em vários módulos, sendo que as Unidades de Formação de Curta Duração “constituem a base da Formação Modular Certificada e a sua duração é de 25 ou 50 horas” (Direção de Formação, 2017).

1.2.1. Formação

A formação pode ser definida como o “conjunto de ações formativas que visam a aquisição de competências para o desempenho de atividades” (Direção de Formação, 2017).

⁵ Ver anexo G

No PDE 7-00 Sistema de Instrução do Exército: Ensino, Formação e Treino, a formação no Exército Português é entendida como “o processo de organização das situações de aprendizagem específicas da instituição, que visam a preparação dos militares para o desempenho de cargos e exercício de funções de cada categoria e quadro especial, concretizando-se em percursos formativos estruturados e na aquisição e desenvolvimento de competências destinando-se a conferir perícias, capacidades, conhecimentos e/ou inculcar atitudes apropriadas” (Exército Português, 2020).

De acordo com o PDE 7-00 Sistema de Informação do Exército: Ensino, Formação e Treino, uma das componentes essenciais para o desenvolvimento profissional dos militares consiste na obtenção de qualificações, que são adquiridas através de cursos oferecidos por organismos militares ou civis reconhecidos para este fim. Esses cursos incluem diferentes tipologias e podem ser enquadrados em três divisões: Formação Inicial; Formação Contínua; e Tirocínios e estágios (Exército Português, 2020).

1.2.2. Treino

“O treino no Exército é entendido como o processo permanente de preservação e de melhoria da capacidade militar do indivíduo, Estado-Maior e Força na condução de operações militares” (Exército Português, 2020).

O treino no Exército é uma atividade essencial que visa garantir a capacidade dos militares na condução de operações militares. O treino é considerado um processo contínuo e permanente de formação e desenvolvimento de competências que permite manter e melhorar a prontidão operacional da Força e dos seus elementos. O treino é fundamental para o desenvolvimento de habilidades táticas, técnicas e comportamentais necessárias para a execução de missões militares (Exército Português, 2020).

É importante ainda definir o conceito de treino operacional segundo o PDE 7-00 Sistema de Informação do Exército: Ensino, Formação e Treino, sendo este “o conjunto de atividades que têm como objetivo a manutenção e/ou o aperfeiçoamento das capacidades operacionais dos militares, individual e coletivamente, assim como do Exército considerado na sua globalidade” (Exército Português, 2020). O treino operacional pode ser articulado em Treino Individual, Treino Coletivo e Treino Orientado para a Missão.

1.3. O CCC no Campo de Batalha Moderno

No ponto seguinte irá ser salientada a importância do CCC no Campo de Batalha Moderno e a forma como, apesar dos constantes avanços tecnológicos o CCC e a respetiva formação dos soldados nesta mesma área continuam a ser um assunto relevante e atual.

No campo de batalha moderno, o CCC ainda é considerado uma capacidade fundamental para os soldados. Embora as armas modernas, como armas de fogo, sejam a principal forma de combate, o CCC ainda é uma possibilidade em situações de combate urbano ou em situações em que a munição é escassa ou inexistente.

“Apesar da evolução dos meios de combate, em particular o armamento, nos conflitos modernos, ainda existe a necessidade da presença física do combatente na ação propriamente dita e com a possibilidade de o desfecho do combate acontecer por meio do CCC” (Santana, 2020). Esta presença física do combatente no campo de batalha cria a possibilidade de confrontos físicos que resultem em CCC, sendo necessário que o combatente esteja treinado de forma a resolver uma possível situação o mais rapidamente possível.

“Apesar de avanços tecnológicos, o Combate Corpo-a-Corpo permanece uma exigência no ambiente operativo contemporâneo, dado especialmente a ambiguidade de combate urbano e a próxima, regular interação de soldados com tanto combatentes e não-combatentes num espetro alargado de situações de uso da força” (Jensen, 2014).

O CCC é uma habilidade fundamental para qualquer soldado no campo de batalha moderno. Segundo Guarino (2007), apesar da crescente sofisticação da tecnologia de armamento é exigido que os militares sejam altamente proficientes em técnicas de combate corpo a corpo. Através do treino, os soldados podem desenvolver a sua capacidade física, aumentar a sua resistência e melhorar as suas habilidades de luta assim como quaisquer outras habilidades.

O Combate Corpo a Corpo é uma opção a ser considerada pelo soldado no campo de batalha, mas apenas em última instância, quando o uso de outros meios se torna inviável. Portanto, é uma habilidade que não deve ser negligenciada durante o treino de qualquer força. Em situações inesperadas se um confronto inesperado ocorrer o domínio das técnicas de CCC podem ser a diferença entre a vida e a morte dos militares (Băițan, 2021).

Além disso, o combate corpo a corpo pode ser um meio altamente eficaz para submeter e capturar prisioneiros de guerra. Um soldado bem treinado em técnicas de

combate corpo a corpo pode facilmente subjugar um inimigo sem necessidade de o matar, o que é especialmente importante em missões de manutenção da paz (Băițan, 2021).

Em resumo, o combate corpo a corpo é uma habilidade vital para qualquer soldado moderno e deve ser considerado uma parte essencial do treino militar. Como afirmado por Jensen (2017), "a inescapabilidade de muitos encontros de Combate Corpo a Corpo pode criar a crença de que matar o adversário é a única opção". Portanto, é crucial que os militares continuem a investir em treino de combate corpo a corpo e incluam essa habilidade em suas estratégias de treino e operação (Guarino, 2007).

CAPÍTULO 2 – FORMAÇÃO EM CCC NO EXÉRCITO PORTUGUÊS

2.1. Análise Documental – CCC no Exército Português

Neste capítulo, será procurado esclarecer as iniciativas de formação e o método utilizado nas formações em CCC nas diversas unidades do Exército Português. Para isso, faremos uma análise dos documentos institucionais e referenciais de curso que abordam a formação em CCC e a formação em geral. O objetivo é fornecer um entendimento claro sobre as práticas de formação em CCC nas unidades do Exército Português.

2.1.1. Curso de Formação Geral Comum de Praças do Exército

Os Cursos de Formação Geral Comum de Praças do Exército (CFGCPPE) têm como finalidade “habilitar os formandos com a formação geral e técnica, adequada às competências e níveis de desempenho próprios do posto” (Exército Português, 2014).

As competências a adquirir anteriormente referidas estão explicitadas no Documento IIIa do Referencial do CFGCPPE, estando traduzidas através de Padrões de Desempenho Operacional (PDO). Estes PDO podem ser agrupado em várias áreas de acordo com a letra presente no código de tarefa associado a cada tarefa que por sua vez se conecta com cada Padrão de Desempenho Operacional⁶. Desta forma os PDO podem ser divididos de acordo com as seguintes doze áreas: A- Higiene Pessoal, B- Prestação de Primeiros-Socorros, C- Transmissões, D- Armamento e Tiro, E- Técnica de Combate de Esquadra, F- Topografia, G- Sobrevivência, H- Defesa Nuclear, Biológica, Química e Radiológica, I- Informação e Segurança, J- Ordem Unida e Continências, K- Treino Físico e L- Técnica Individual de Combate (Exército Português, 2014).

⁶ Exemplificando: as tarefas cujos códigos são D1, D2, D3, D4, D5 e D6 correspondem todas a tarefas relacionadas com a área do armamento

O Referencial dos CFGCPE's abarca todas as áreas previamente expostas, procurando formar praças competentes e que estejam prontos para desempenhar as suas funções. O CFGCPE como descrito no seu referencial tem a estrutura correspondente ao quadro em anexo⁷ apresentado no que se prende aos seus módulos.

O Referencial do CFGCPE define ainda quais os objetivos gerais traçados para que se possa considerar a conclusão com sucesso do curso. Objetivos estes presentes em anexo⁸.

O Referencial do CFGCPE define ainda como consequências do aproveitamento deste mesmo curso a “colocação nas Unidades” e a “frequência de formação específica no âmbito da sua especialidade”. Desta forma é possível constatar que após concluir o seu processo de formação o soldado pode ter oportunidades de formação em CCC na frequência da formação da sua especialidade ou na Unidade em que este for colocado (Exército Português, 2014).

Um aspeto a salientar relativamente ao CFGCPE e que é possível observar através da análise do seu Referencial, é que este não prevê qualquer tipo de formação em DP ou CCC ao longo de todo o período em que o curso decorre. Desta forma os praças do Exército Português apenas têm oportunidade de formação em DP e CCC na frequência de formação direcionada à sua especialidade ou nas unidades onde forem posteriormente colocados (Exército Português, 2014).

2.1.2. Plano de Formação Anual

O Plano de Formação Anual “visa sistematizar os conhecimentos e aptidões, através da programação dos cursos necessários à aquisição das competências requeridas para o desempenho de cargos ou exercício de funções, proporcionando condições para uma realização eficiente e eficaz das tarefas atribuídas” (Exército Português, 2022b).

A finalidade do Plano de Formação Anual é descrita no PDE 7-00 Sistema de Instrução do Exército: Ensino, Formação e Treino como “Indicar e descrever todas as atividades relativas à formação inicial e à formação contínua, planeadas para o ano seguinte”. (Exército Português, 2020).

A Formação é definida como a “obtenção de qualificações através de cursos de Formação, ministrados sob a responsabilidade de organismos militares ou civis,

⁷ Ver anexo O

⁸ Ver anexo P

reconhecidos para o efeito, integrando diferentes tipologias de cursos enquadráveis em Formação Inicial e Formação Contínua” (Exército Português, 2022b).

Estando assim a Formação no Exército Português enquadrada em Formação Inicial e Formação Contínua o Plano de Formação Anual dedica um capítulo à definição, calendarização das atividades relacionadas e formações planeadas para o ano de 2023 para a Formação Inicial e Formação Contínua. Relativamente à EFM na componente do treino o PDE 7-00 Sistema de Instrução do Exército: Ensino, Formação e Treino define que “A conceção do planeamento de educação física integrada no conjunto de atividades de treino deve considerar o preconizado nos manuais técnicos de EFM do Exército” (Exército Português, 2020), deixando na área do CCC a componente do treino a ser ditada pelo Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 que dá orientações para a formação em CCC, mas não tem finalidade de o fazer para o treino contínuo nesta área. Desta forma há uma desconexão entre o previsto pelo PDE 7-00 Sistema de Instrução do Exército: Ensino, Formação e Treino e o Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 no que toca ao planeamento do treino contínuo.

No Plano de Formação Anual estão explícitos quais os cursos a ser ministrados durante o ano de 2023 assim como o seu início e fim. A nível de cursos para Cargos e Componente Operacional, contribuindo para a formação contínua como Cursos de Especialização, Valorização e Aperfeiçoamento estão explícitas quais as formações a ser desenvolvidas durante este ano. Neste documento estão também presentes quais os cursos de Especialização, Valorização e Aperfeiçoamento para Aprontamentos e Compromissos Internacionais. Essas formações são realizadas pelos militares para garantir que, numa determinada força, haja membros com as competências necessárias para realizar a missão atribuída.

Dos Cursos calendarizados no Plano de Formação Anual anteriormente referidos apenas uma seleção apresenta momentos de formação em CCC. Os cursos que dedicam tempos de formação ao CCC são o Curso de Operações Especiais, o Curso de Comandos, o Curso de Instrutor Militar de Krav Maga - Nível 1, o Curso de Proteção Pessoal, o Curso de Paraquedistas e os Cursos de Instrutor de Educação Física Militar – Grau I e Grau II. É de salientar que nos cursos para Aprontamentos e Compromissos Internacionais não estão presentes cursos que tenham dedicados tempos de formação ao CCC ou que lhe estejam intrinsecamente ligados.

2.1.3. Curso de Instrutor Militar de Krav Maga Nível 1

O Curso de Instrutor Militar de Krav Maga Nível 1 surgiu no Regimento de Comandos (RCmds), sendo esta unidade o polo de formação para este mesmo curso. Foi notada uma forte necessidade de formação na área de formação do CCC, pois “missões recentes em que subunidades do RCmds têm participado, como o Afeganistão e a República Centro Africana, têm comprovado a necessidade de assegurar a defesa próxima dos militares com recurso a técnicas de Combate Corpo a Corpo eficazes, eficientes, e adaptadas ao equipamento que envergam” sendo que “O Curso Inicial de Instrutor Militar de Krav Maga – Nível 1 resulta da necessidade de manter e desenvolver a formação e treino nesta área” (Exército Português, 2022a).

Está previsto no referencial do curso este ter uma duração de 20 Dias Úteis de Formação e um total de 156 Tempos de Formação, 144 Tempos diurnos e 12 Tempos noturnos. O Referencial de Curso define Competências Transversais que o formando deve apresentar após conclusão do curso, definindo para cada uma destas competências indicadores comportamentais que indicam a presença dessa mesma competência no formando. As Competências Transversais ditadas pelo Referencial de Curso são o Autocontrolo, Sentido de Responsabilidade, Comunicação, Resolução de Problemas, Flexibilidade, Trabalho em equipa, Conhecimentos Técnicos e Adaptabilidade⁹. São também definidas Competências Específicas agrupadas de acordo com os PDO estipulados no Referencial de Curso. As Competências Específicas contribuem para o desenvolvimento de Competências Transversais, sendo possível verificar através da Matriz de Competências em anexo verificar que Competências Específicas contribuem para que Competências Transversais e definindo assim o Perfil Profissional do Instrutor Militar de Krav Maga¹⁰.

Como definido no Plano de Estudos presente no Referencial de Curso do Curso de Instrutor Militar de Krav Maga – Nível 1 a finalidade do curso é “habilitar Oficiais e Sargentos do Quadro Permanente e RV/RC a conceber programas de treino de luta corpo a corpo (Krav Maga), adaptados ao treino operacional definido para a sua subunidade, e a planear e conduzir sessões de Krav Maga, aproximadas a um possível “cenário” real, tendo sempre presente a maximização de todos os aspetos referentes à segurança” (Exército Português, 2022a).

⁹ Ver anexo H

¹⁰ Ver anexo I

Para cada um dos módulos do Curso está atribuído um certo número de tempos de formação de modo a que este seja concluído com sucesso, estando ao longo do Curso disponíveis 15 tempos de formação especificamente para Provas de Avaliação. No módulo C.1 – À Disposição do Comando, para o qual estão disponíveis 9 tempos de formação, estão previstos 5 tempos de formação para reforço de formação, sendo esta orientada de acordo com uma avaliação oral e observação¹¹.

2.1.4. Curso de Formação de Oficiais/Curso de Formação de Sargentos RV/RC

Os Cursos de Formação de Oficiais e Cursos de Formação de Sargentos em R/RC apresentam ambos referenciais de curso publicados a janeiro de 2015. Estes cursos são referenciais para a Instrução Complementar 2 destes militares sendo a Instrução Básica e Instrução Complementar 1 semelhante ao CFGCPE e abordando as mesmas matérias, não apresentando qualquer tipo de formação em CCC como visto anteriormente. (Exército Português, 2015a)

Assim sendo para estes cursos é definida uma estrutura modular¹² com um módulo de EFM, onde se enquadra o CCC. Ambos os referenciais de curso definem como Objetivos Específicos para o módulo de EFM os mesmos objetivos, tendo este módulo uma estrutura igual tanto para os CFO (Curso de Formação de Oficiais) como para os CFS (Curso de Formação de Sargentos). A estrutura para este módulo em qualquer um dos cursos não contempla formação em CCC, não apresentando os CFO/CFS RV/RC qualquer tipo de formação em CCC. (Exército Português, 2015b)

2.1.5. Curso de Instrutor de Educação Física Militar – Grau 1

O Curso de Instrutor de Educação Física Militar (CIEFM) – Grau 1, tem como finalidade “habilitar militares com os conhecimentos e competências necessárias para o cumprimento das diversas missões que lhes são atribuídas como elemento integrante de uma Secção de Educação Física Militar (EFM) de uma U/E/O tipo regimental” (Exército Português, 2023). Este é um curso destinado a Oficiais e Sargentos dos Quadros Permanentes (QP) e em Regime de Contrato e são definidos como pré-requisitos “provas físicas de acesso ao curso, nomeadamente, provas de Destreza e Coordenação, provas de

¹¹ Ver anexos J

¹² Ver anexo K

Aptidão Motora e provas de Aptidão Física” (Exército Português, 2023). Esta é ainda definida como sendo uma formação presencial destinada para se estender ao longo de uma duração de 70 dias úteis.

Para esta formação está explícito no seu referencial o Perfil de Competências, retratado através do mapeamento de Unidades de Competência¹³. Para esta investigação importa destacar a Unidade de Competência nº4 - Aplicar os fundamentos do Combate corpo-a-corpo, à qual está atribuída uma carga horária de 50 tempos de formação, e a par com outras 3 Unidades de Competências, 4,5 pontos de crédito, o maior número de pontos de crédito para uma única Unidade de Competências, para um total de 31 pontos de crédito para o curso todo.

A formação nesta Unidade de Competência está materializada na Unidade de Formação de Curta Duração – Combate Corpo-a-Corpo. São definidas para a formação em CCC no CIEFM várias Realizações às quais estão associados Critérios de Desempenho¹⁴.

Estas realizações materializam-se através de conhecimentos, aptidões e atitudes que os formandos devem adquirir através da frequência da formação.¹⁵

São ainda definidos quais os conteúdos abordados ao longo da formação assim como os seus Objetivos de Aprendizagem e Objetivos Específicos.

Deve ainda ser apontado que como referência para a formação em CCC é usado o PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo, publicação essa que segundo a mais recente Arquitetura Doutrinária (Estado Maior do Exército, 2021) publicada pela Repartição de Doutrina do Estado Maior do Exército é intitulada de PDE 7-71-20 Combate Corpo-a-Corpo e se encontra em produção.

2.1.6. Curso de Paraquedistas

No que toca ao Curso de Paraquedistas existem três referenciais de curso referente aos cursos para as três classes do Exército Português: Oficiais, Sargentos e Praças. Relacionando-se especificamente com esta investigação está presente uma tarefa igual nos três referenciais, “Praticar luta corpo a corpo” (Exército Português, 2019).

Nos referenciais de curso estão definidas as funções principais que os militares de cada classe devem estar aptos a desempenhar. No quadro em apêndice¹⁶ está reunida a

¹³ Ver anexos L e M

¹⁴ Ver Anexo Q

¹⁵ Ver Anexo R

¹⁶ Ver Apêndice C

informação relativa às funções principais que os militares paraquedistas devem desempenhar de acordo com a sua classe.

Qualquer um dos militares paraquedistas, independentemente da classe, deve estar pronto a desenvolver operações aerotransportadas. O combate corpo a corpo desempenha um papel crucial em qualquer tipo de operação militar, apresentando uma importância significativa para a eficácia e sucesso das missões. Esta forma de confronto físico direto envolve a interação direta entre combatentes, seja com ou sem armas, e está presente em diversos cenários operacionais. De acordo com estudos anteriores (Singleton, 2012), a competência no combate corpo a corpo está intrinsecamente ligada à capacidade de adaptação, tomada de decisões rápidas e resistência mental e física dos militares. Portanto, compreender e aprimorar as técnicas e estratégias de combate corpo a corpo é fundamental para garantir a segurança dos militares, bem como a efetividade das operações militares como um todo. Desta forma, o Combate Corpo a Corpo é também uma capacidade essencial para os militares paraquedistas.

É definida a tarefa “Praticar luta corpo a corpo” como uma das tarefas necessárias para cumprir a competência “Manter-se Pronto para o serviço” definida na matriz de competências de qualquer militar que conclua o curso de Paraquedistas.

CAPÍTULO 3 – METODOLOGIA

Após enquadrada uma base conceitual no que se refere ao tema em estudo, o capítulo atual tem como finalidade clarificar qual foi o caminho percorrido ao longo da investigação, a metodologia, métodos utilizados, o racional por detrás do uso destas ferramentas, tendo como objetivo responder às questões levantadas. “O método científico é o caminho da ciência para chegar a um objetivo. A metodologia são as regras estabelecidas para o método científico” (Marconi & Lakatos, 2019).

A metodologia utilizada ao longo de toda a investigação foi adaptada à natureza da mesma, de modo que “A investigação aplicada tem por objetivo encontrar uma aplicação prática para os novos conhecimentos, adquiridos no decurso da realização de trabalhos originais” (Carvalho, 2009, citado por Instituto Universitário Militar, 2016, p.14).

3.1. Abordagem

À medida que a investigação foi sendo realizada foi necessário escolher opções no que toca à estratégia de investigação e o esquema de pesquisa, de forma a obter os

resultados pretendidos. “Cada uma destas estratégias deu lugar a variantes deste método, particularmente aos raciocínios indutivo, dedutivo e hipotético-dedutivo, que correspondem a formas de raciocínio que podem ser adotadas durante a investigação” (Freixo, 2011, p. 77). Relativamente ao Trabalho de Investigação Aplicada presente, foi utilizado um raciocínio indutivo. “O processo indutivo corresponde a uma operação mental que tem como ponto de partida a observação de factos particulares para, através da sua associação, estabelecer generalizações que permitam formular uma lei ou teoria” (IUM, 2019, p.20).

O processo indutivo como evidenciado por Cohen (1971) pode ser decomposto em três fases: observação dos fenómenos, descoberta da relação entre os mesmos e generalização da relação. De outra forma, na primeira fase examina-se o desenvolvimento do problema e os factos que o rodeiam, seguidamente, fazendo uso de uma comparação, procura-se avizinhar os factos revelando qual a sua relação, com o objetivo de conjeturar uma generalização entre factos e fenómenos observados, com o propósito de transferir esse comportamento para todos os que não são possíveis observar. Cohen (1971) afirma ainda existirem duas formas de indução, a completa ou formal e a incompleta ou científica. A indução completa realiza a sua indução partindo de todos os casos, completando generalização suportada pela experiência, em contraste, a incompleta ou científica tem por base a observação de alguns casos seletos. Neste trabalho foi utilizada a incompleta ou científica.

Ao longo desta investigação o método indutivo foi introduzido através da análise dos Planos de Formação do Exército Português, dos Referenciais de Curso dos cursos na área do CCC previstos para o ano de 2023, com a intenção de complementar a informação recolhida nestes documentos através de entrevistas para criar condições para tecer conclusões sobre o estado da formação e treino em CCC no Exército Português. Seguindo esta linha de pensamento e alinhada com a mesma, de modo a obter conclusões “premissas usando-se o raciocínio lógico e, uma vez encontradas, as conclusões são incontestáveis” (Freixo, 2011, p.106).

A estratégia metodológica seguida ao longo de toda esta investigação pode ser classificada como qualitativa, uma vez que é utilizada como “um meio para explorar e entender o significado que os indivíduos ou os grupos atribuem a um problema social ou humano” (Marconi & Lakatos, 2019). A estratégia qualitativa tem “por objetivo traduzir e expressar o sentido dos fenómenos do mundo social” (Neves, 1996). Este tipo de metodologia apresenta “flexibilidade no processo de conduzir a pesquisa: o pesquisador

trabalha com situações complexas que não permite a definição exata e a priori dos caminhos que a pesquisa irá seguir” (Dalfovo, Lana & Silveira, 2008).

Deste modo segundo Merriam & Tisdell (2016) surge uma necessidade de reconhecer primeiro um problema de pesquisa, caracterizando-o com recurso a um método e técnicas próprias que vão ser abordados no próximo ponto.

3.2. Método

Utilizando uma estratégia de investigação qualitativa, de modo a pôr em prática a mesma foi usado o método do estudo de caso. O estudo de caso trata-se de um método pelo qual o pesquisador coleta informações sobre um fenômeno específico, considerando o contexto em que ele ocorre (Saunders, Lewis, Thornhill, 2009, p.145).

Foi com o propósito de pôr em prática a estratégia qualitativa que foi utilizado o estudo de caso enquanto método de a conduzir, sendo este discutido por diversos autores, incluindo Given (2008), Creswell (2007), Merriam & Tisdell (2016), Smith (2007) e Yin (2003). Esse método é considerado predominantemente qualitativo (IUM, 2019, p. 39), e sua seleção é apoiada através das premissas apresentadas no parágrafo anterior.

O estudo de caso apresenta algumas características fundamentais, sendo elas a particularidade, devido a apresentar o seu centro analítico relativo a um fenómeno singular; é descritivo, na medida em que o produto final se apresenta como uma descrição rigorosa do objeto de estudo; é heurístico guiando a um entendimento do objeto de estudo; indutivo, devido a na sua maioria este tipo de estudos partir de uma situação particular criando uma generalização; holístico, na medida em que deve ser procurado abarcar toda a realidade; e planeamento, que deve variar consoante este for um estudo de natureza quantitativa ou qualitativa (Freixo, 2011, pp. 111-112).

É intenção de um estudo de caso analisar e caracterizar um fenómeno existente (Yin, 2003), que no caso deste estudo se situa na área das ciências militares.

Tendo por base a metodologia e o método mencionados anteriormente, a finalidade desta investigação é realizar um estudo de caso sobre a formação e treinamento em Combate Corpo a Corpo no Exército Português.

3.3. Técnicas de recolha de dados

Neste estudo, a recolha de dados refere-se ao processo estruturado utilizado para adquirir informações relevantes sobre realidade em análise, tendo em conta que “a natureza

do problema de investigação determina o tipo de métodos de colheita de dados a utilizar” (Fortin, 2009, p. 239).

Segundo Merriam e Tisdell (2016) uma das características centrais das investigações qualitativas é o papel do investigador como o principal instrumento de recolha e análise de dados. Este tipo de método fornece ao investigador uma vantagem pois “auxiliam a ter uma visão mais abrangente dos problemas, supõem contato direto com o objeto de análise e fornecem um enfoque diferenciado para a compreensão da realidade” (Neves, 1996).

De acordo com a literatura, os principais meios de recolha de informação utilizados em pesquisas são a entrevista, a observação e o questionário (Gall, Gall, & Borg, 2007). No entanto, é importante ressaltar que existem outros métodos que podem ser derivados da observação. Apesar disto, esta visão acerca das técnicas de recolha de dados pode ser por vezes diminuidora de acordo com alguns autores, podendo ser consideradas como as principais técnicas de recolha de dados a Observação, o Questionário e a Entrevista.

É ainda significativo salientar que, segundo Pardal e Correia (1995, p.49), o método contribui para a determinação das técnicas, não apresentando estas uma autonomia em relação ao método. Para ilustrar a aplicação prática dos argumentos apresentados anteriormente, Yin (2003) propõe seis tipos de coleta de dados, incluindo documentos, arquivos, entrevistas, observação direta, observação participante e artefactos físicos.

A fim de aumentar a confiabilidade e validade dos dados recolhidos, a utilização de múltiplas fontes de recolha de dados é recomendada para a realização da triangulação e corroboração (Mills, Eurepos & Wiebe, 2010). Isto ajuda a minimizar possíveis distorções que possam surgir quando a recolha é proveniente de apenas uma fonte e contribui para aumentar a precisão e rigor da pesquisa.

De acordo com o raciocínio anteriormente apresentado, foram utilizadas duas principais fontes de recolha de dados: a documentação e entrevistas. Nos dois pontos seguintes irão ser abordadas mais ao pormenor as características gerais de uso destas duas fontes na investigação em particular assim como os seus atributos gerais na metodologia científica.

3.3.1. Documentação

De acordo com Sousa e Baptista (2011), uma fonte de recolha de dados amplamente utilizada é a documentação.

A documentação registra os princípios, objetivos e metas. Esta fonte inclui registros oficiais, materiais promocionais organizacionais, documentos governamentais e contas históricas (Merriam & Tisdell, 2015), além de memorandos, agendas, anúncios e atas de reuniões, conforme sugerido por Yin (2003).

Os documentos são uma fonte confiável e estável de dados, em comparação com entrevistas e observações, o que os torna valiosos para corroborar e aumentar a validade de outras fontes (Merriam & Tisdell, 2016; Yin, 2003).

Para esta investigação foram utilizados documentos organizacionais como manuais, referenciais de curso na área da DP e CCC e outros referenciais de formação produzidos pelo Exército Português, Exércitos de outros países, e forças de segurança.

3.3.2. Entrevistas

De acordo com Merriam e Tisdell (2016), a maioria dos dados nas pesquisas qualitativas são coletados por meio de entrevistas. Conforme definido por DeMarrais (2004), a entrevista de pesquisa envolve um processo de conversação entre o pesquisador e o participante focado em questões relacionadas ao estudo. Como destacado por Patton (2015), o objetivo da entrevista é obter a perspectiva da outra pessoa. Em pesquisas qualitativas, as entrevistas tendem a ser mais abertas e menos estruturadas, como afirmado por Merriam e Tisdell (2016).

Quadro nº 1 – Tipos de Entrevistas

Estruturada	Semi-estruturada	Não-Estruturada
<ul style="list-style-type: none"> •Obedece a um grande rigor na colocação de perguntas •É padronizada ao nível do modo da formulação das perguntas, da sua sequência e da utilização do vocabulário. •Entrevistador condicionado pelo rigor definido pelo guião da entrevista •Entrevistado limitado pela necessidade de respostas objetivas •Imprime rigor na 	<ul style="list-style-type: none"> •Nem inteiramente livre e aberta, nem rigorosa e inflexível •O entrevistador possui um referencial de perguntas guia abertas •As perguntas são colocadas ao sabor do teor da conversa e da oportunidade •O discurso do entrevistado é livre e natural •A forma de colocar as questões é natural, precisa e 	<ul style="list-style-type: none"> •Permite maior liberdade de ação que a estruturada •Conversa livre entre entrevistador e entrevistado •O primeiro não pode sugerir respostas ao último •Pode assumir duas formas: <ul style="list-style-type: none"> •- Entrevista não-dirigida – caracterizada por uma completa liberdade de conversação

informação, mas fragiliza porque limita a espontaneidade	oportuna ●Intervenção do entrevistador com finalidade de encaminhar o entrevistado para os objetivos da entrevista	●- Entrevista dirigida – centrada num assunto preciso, girando as perguntas em torno dele
--	---	---

Fonte – Adaptado de (IUM, 2019, p.85-86)

Após a aplicação dessa técnica, foram conduzidas entrevistas semiestruturadas, com o intuito de permitir aos entrevistadores flexibilidade suficiente para explorar diferentes abordagens (Noor, 2008) e para direcionar a conversa de acordo com os objetivos da entrevista (IUM, 2019). Essas entrevistas foram realizadas de maneira a buscar soluções para a problemática em questão.

As entrevistas foram conduzidas entre 5 de abril e 16 de maio, tendo algumas sido realizadas através de meios digitais, nomeadamente a plataforma *Zoom*, e outras presencialmente, nomeadamente na Escola das Armas, tendo a sua duração variado entre os 10 e os 80 minutos. De acordo com Edwards e Holland (2013), as entrevistas em estudos qualitativos são conduzidas até que seja alcançada a saturação teórica, ou seja, o ponto em que não seja mais obtida mais informação relevante acerca do tema em estudo. A obtenção da saturação teórica indica que o fenómeno foi explorado adequadamente (O'Reilly & Parker, 2013) e, portanto, encerra a recolha de dados por meio de entrevistas (Haro et al., 2016).

3.3.3. Amostra

Ao conduzir uma investigação, os investigadores podem optar por recolher dados de toda a população ou seleccionar amostras representativas (Almeida & Freire, 1997). Para maximizar a eficiência dos recursos, é comum a utilização de amostras, as quais devem retratar as características da população através do uso de técnicas de amostragem apropriadas (Miaoulis & Michener, 1976). Durante esse processo, é importante considerar tanto a significância como a representatividade da amostra (Haro et al., 2016; Fortin, 2009), onde a primeira se refere ao tamanho da amostra e a segunda à qualidade, ou seja, ao grau de semelhança das características da amostra com a população em estudo (Almeida & Freire, 1997).

De acordo com este raciocínio e fundamentação foi utilizado o método de amostragem não probabilístico ou não aleatório, onde “as técnicas de amostragem seguidas

para a obtenção deste tipo de amostras não se socorrem, normalmente, de ferramentas estatísticas, mas sim do juízo do investigador” (IUM, 2019, p. 71).

Como técnicas de amostragem foram utilizadas várias técnicas, sendo uma delas a amostragem por bola de neve, em que a seleção dos participantes ocorre sucessivamente, a partir de indicações fornecidas pelos inquiridos, e a amostra é aumentada à medida que novos indivíduos são indicados (Biernacki & Waldorf, 1981). Este método é frequentemente utilizado em pesquisas com populações difíceis de alcançar e pode ser útil para investigar subgrupos específicos da população (Fortin, 2009).

Foi também ferramenta usada no estudo a amostragem intencional, isto pois os sujeitos que integraram a amostra foram escolhidos pelo investigador com base em critérios específicos, conforme referido por Almeida e Freire (1997), Barreiro e Albandoz (2001) e Fortin (2009). Além disso, a técnica de amostragem por conveniência também foi empregue, uma vez que os sujeitos foram selecionados de acordo com a disponibilidade e presença no local da pesquisa, como destacado pelos mesmos autores.

Após esclarecidos os conceitos previamente abordados importa abordar as noções de universo, população, amostra, sujeito e a respetiva dimensão.

Considerando que o universo "é o conjunto de todos os indivíduos, casos ou observações que podem ser agrupados de acordo com uma característica específica" (Haro et al., 2016, p. 133) nesta investigação, refere-se a todos os militares que tenham formações na área da DP ou CCC.

A população da investigação é concebida como o grupo sobre o qual se pretende fazer o estudo (IUM, 2019), sendo que no caso particular desta investigação são todos os militares do Exército em funções. De acordo com Freixo (2010), a população é definida por ser um grupo de indivíduos que compartilham características em comum. Neste contexto específico, a característica em questão é expressa por pertencerem ao Exército Português e se encontrarem no ativo em exercício de funções.

3.4. Análise de dados

A análise de dados é um processo crucial na investigação científica. De acordo com Creswell (2014), a análise de dados envolve a transformação de dados brutos em informação proveitosa através de técnicas estatísticas e outras ferramentas de análise. A análise de dados permite que os investigadores examinem os dados em busca de padrões, relações e tendências que possam fornecer informações valiosas sobre o objeto de estudo.

“Usualmente, cada investigador procura desenvolver o seu próprio método em função do seu objeto de investigação, dos seus objetivos e dos seus pressupostos teóricos ou outros fatores contingentes” (Albarello, et al., 1997, p. 117). Existem diversas técnicas de análise de dados, tendo sido utilizada a análise de conteúdo nesta investigação. Segundo Bardin (2016), a análise de conteúdo é uma técnica que permite a análise de dados qualitativos através da identificação e categorização de unidades de significado presentes nos dados.

Independentemente das técnicas utilizadas, é importante que a análise de dados seja realizada de forma sistemática e rigorosa. Conforme destacado por Miles, Huberman e Saldana (2014), a análise de dados envolve uma série de etapas, incluindo a organização e preparação dos dados, a identificação de padrões e relações, a interpretação dos resultados e a comunicação dos achados.

3.5. Validade e fiabilidade

De acordo com Bell (2010), a fiabilidade refere-se à capacidade de um método fornecer resultados similares sob condições estáveis em qualquer ocasião. Além disso, Bell (2010) afirma que a validade diz respeito a se um método mede ou descreve o que é suposto medir ou descrever. Por sua vez, Haro et al. (2016) explicam que a validade se relaciona com a exatidão com que um fenómeno é avaliado.

A fiabilidade refere-se à consistência dos resultados obtidos sob condições constantes (Smith, 2018). Já a validade é definida como a capacidade de um método medir ou descrever o fenómeno que se pretende estudar com exatidão (Jones, 2021). Ambos os conceitos são fundamentais na análise de dados, uma vez que garantem a confiabilidade e a precisão dos resultados obtidos.

Para todas as entrevistas foi realizado um acordo verbal para a gravação e transcrição das mesmas, sendo que após transcritas foram enviadas aos entrevistados para que confirmassem o conteúdo da mesma.

CAPÍTULO 4 – APRESENTAÇÃO, ANÁLISE E DISCUSSÃO DOS RESULTADOS

4.1. Enquadramento

Neste capítulo, serão apresentados e descritos os dados coletados por meio de entrevistas, a fim de complementar a pesquisa realizada com as ferramentas metodológicas anteriormente apresentadas. As gravações das entrevistas foram transcritas diretamente e organizadas de acordo com as questões apresentadas no guia de entrevista. Foram delimitados os fatores/critérios pretendidos de acordo com os objetivos específicos das perguntas, e os dados foram analisados de forma objetiva.

4.2. Análise das Entrevistas

Para analisar as entrevistas, foi realizada a gravação de áudio e, em seguida, efetuou-se uma transcrição parcial, que correspondeu às perguntas apresentadas ao entrevistado. A seguir, foram identificados os principais critérios que emergiram das respostas, os quais foram consolidados em excertos para objetivar e sintetizar as informações coletadas. "O processo de análise de dados qualitativos inclui a transcrição das entrevistas, a identificação de categorias e temas emergentes e a consolidação dos dados em trechos relevantes para a interpretação dos resultados" (Miles & Huberman, 1994, p. 12).

No que toca à realização destas entrevistas, foram realizadas 6 entrevistas, todas elas a militares com funções ligadas à formação e/ou treino na área do CCC.

A escolha dos entrevistados está diretamente relacionada com as funções que se encontram a desempenhar na formação e treino em CCC ou por estarem ligados ao Treino Físico Militar. Na tabela em apêndice¹⁷ está discriminada a informação dos entrevistados, tendo sido atribuído um nº de ordem a cada um de forma a facilitar referências futuras a cada entrevistado.

Para que seja possível proceder-se à apresentação dos dados recolhidos estes encontram-se reunidos de acordo com as questões do guião.¹⁸

De seguida serão apresentados os resultados obtidos de acordo com os dados recolhidos através da utilização do Guião de Entrevista.

No que se prende com a questão nº1¹⁹: **“Quais são as funções que desempenha neste momento?”**, é possível verificar que os entrevistados se encontram todos em funções ligadas à formação, e excetuando o E2, estão a exercer funções associadas à área

¹⁷ Ver apêndice C

¹⁸ Ver apêndice B

¹⁹ Para tabela com respostas relativas à pergunta nº1 ver apêndice D

do treino físico. Deve ser realçado que os E1, E2, e E6 ministram formações em CCC nas respetivas unidades. No caso do entrevistado E2 estas formações são adaptadas à Polícia do Exército, sendo esta a força a que o entrevistado ministra formações na área do CCC. O entrevistado E3 pertence à Companhia de Formação do RCmds, função essa que deve ser destacada no âmbito deste trabalho devido à significativa importância desta unidade no desenvolvimento do CCC no Exército Português. Relativamente ao E6, este é o Sargento Adjunto do Gabinete de Educação Física Militar na EA.

Relativamente à questão nº2²⁰: **“Que formações tem na área do CCC?”**, existem entrevistados com formações recentes e cujos conhecimentos adquiridos nas mesmas trazem um significativo valor acrescentado à investigação. Os entrevistados nº2 e nº3 têm o curso de Instrutor Militar de Krav Maga Nível 1, formação essa recente e lecionada no RCmds. É ainda relevante referir as formações que o E1 é cinto negro em 3 estilos diferentes de artes marciais tendo praticado outras e obtendo graduações inferiores; deve ser realçado que a formação e experiência na área do CCC do E1 é maioritariamente externa ao Exército Português. É deixada ainda a nota de que a formação obtida pelo E5 se materializa num curso já descontinuado pelo Exército Português. De forma semelhante ao E1, o E6 tem a formação base do CIEFM e além desta apresenta várias certificações externas ao Exército Português em artes marciais que são a sua principal valência para a formação que ministra na área do CCC.

No que respeita à questão nº3²¹: **“Retirou ferramentas e/ou mais valias dessas mesmas formações para implementar no treino e/ou formação da sua Unidade?”**, é possível verificar que os entrevistados nº1, nº2 e nº3 utilizam os conhecimentos, princípios e técnicas retirados das suas formações nas formações e cursos que ministram ou pelos quais estão responsáveis nas respetivas unidades. Deve ser particularizado o caso do E2 que apesar de a sua formação em CCC consistir principalmente no curso de Instrutor Militar de Krav Maga procurou adaptar os conhecimentos adquiridos neste curso para que possam ser transpostos para os cursos ministrados na sua unidade. Um outro aspeto a realçar é o de que os entrevistados nº1 e nº6 apenas fazem uso das formações adquiridas externamente para implementar nas formações que ministram.

No que concerne a questão nº4²²: **“Quais são as formações/atividades levadas a cabo para a formação em CCC na sua Unidade?”**, cada unidade tem formações que se

²⁰ Para tabela com respostas relativas à pergunta nº1 ver apêndice E

²¹ Para tabela com respostas relativas à pergunta nº1 ver apêndice F

²² Para tabela com respostas relativas à pergunta nº1 ver apêndice G

adequam à natureza da sua missão. O E1 menciona que na ESE a formação em CCC é concretizada através de um programa de CCC organizado em 16 tempos de formação, apenas para os alunos destinados ao QP, não contendo a formação dos instruídos do CFS Regime de Voluntariado/Regime de Contracto (RV/RC) tempos dedicados a esta área. Através da resposta do E3 é possível verificar que no RCmds as formações na área do CCC são o Curso de Comandos e o Curso de Instrutor Militar de Krav Maga Nível 1. De acordo com o E2 verifica-se que no Regimento de Lanceiros (RL2) nº2 as formações lecionadas são a especialidade de Polícia do Exército e o curso de Defesa Pessoal. Na AM, de acordo com o E5 são lecionadas várias modalidades que contribuem para a formação na área do CCC: Judo, Boxe e CCC. Na ES não existe qualquer atividade ou formação que contribua para a formação em CCC dos militares desta unidade, tal como referido pelo E4. Como transmitido pelo E6, na EA é lecionado o módulo de CCC no Curso de Instrutor de Educação Física Militar e na especialidade de Polícia do Exército. Está presente nos referenciais dos CFS QP o CCC no semestre em que se encontram na EA, no entanto nem sempre é possível devido a falta de tempo e só alguns dos alunos dos CFS de Cavalaria e Infantaria têm se houver cabimento para tal de acordo com o horário.

Quanto à questão nº5²³: **“Qual a estrutura dessas mesmas formações? Quais são os documentos orientadores usados durante as mesmas?”**, é possível verificar qual a estrutura da formação em CCC nas unidades dos entrevistados nº1, nº2, nº3 e nº5.

Na ESE segundo o E1, houve uma reestruturação do CFS QP, tendo havido uma redução da carga horária, estando disponíveis 16 horas para a formação em CCC. Este programa é baseado na formação básica, mas alargado pois o programa básico de formação em CCC apenas prevê 9 horas. Como documento base é usado o Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1, o qual o entrevistado foi autor. Apesar disto, há aspetos da formação que não são postos em prática exatamente como no manual, tendo sido adaptados ao longo do tempo pelo entrevistado. Os documentos atualizados para apoio à formação encontram-se em fase de revisão final, aprovação e promulgação.

Tanto o E2 como o E3 estão em unidades em que os conhecimentos e princípios ensinados durante curso de Instrutor Militar de Krav Maga são a base para a formação em CCC ministrada. No Regimento de Lanceiros nº2, unidade onde está colocado o E2 não existe uma estrutura definida nos referenciais dos cursos ministrados pela unidade, sendo a estrutura da formação em CCC deixada a cargo dos instrutores responsáveis por essa área.

²³ Para tabela com respostas relativas à pergunta nº1 ver apêndice H

Já está a ser implementado o Krav Maga Militar nos cursos ministrados nesta unidade, sendo que a intenção é que toda a parte da Defesa Pessoal no Curso de Defesa Pessoal e na especialidade de Polícia do Exército seja ministrada de acordo com a estrutura e as técnicas retiradas do curso de Instrutor Militar de Krav Maga. Para a especialidade de Polícia do Exército a carga horária, para a área em estudo, é de 4 horas semanais, divididas em 2 sessões de 2 horas, estando disponíveis 240 tempos letivos para todas as matérias do curso. O E3 ao responder a esta pergunta clarifica um pouco qual o racional por detrás da estrutura do curso de Instrutor Militar de Krav Maga. O curso está construído de maneira a que haja uma dificuldade e complexidade crescente ao longo do mesmo, começando pelos movimentos mais básicos (como quedas e movimentação na guarda). Com o passar o tempo do curso e a evolução gradual dos formandos, vão sendo introduzidos conceitos e exercícios de treino novos, culminando no final do curso com avaliações pedagógicas (para confirmar que os formandos se encontram aptos a ministrar sessões) e com pistas. O E3 refere ainda que a carga horária dedicada ao Krav Maga no curso de Comandos é de 16 sessões, duas por semana.

Na AM o CCC é ministrado através de 3 modalidades distintas: o Judo, o Boxe e o CCC. A cada uma destas modalidades são alocadas entre 31 e 33 horas no total. A estrutura das sessões de Judo e Boxe é determinada e posta em prática pelos mestres civis responsáveis, sendo que a complexidade é crescente ao longo do ano e, no caso do Boxe culmina com um torneio. No que toca ao CCC, este está entregue ao RCmds seguindo assim a estrutura e princípios desenvolvidos através do Krav Maga Militar, adaptando as técnicas aos alunos da Guarda Nacional Republicana.

Relativamente ao que é mencionado pelo E6 no que toca à EA a formação do módulo de CCC ministrada à especialidade de Polícia do Exército apresenta técnicas variadas adequadas ao exercício das suas funções como técnicas de revista, deter e controlar um indivíduo, técnicas de bastão e técnicas de CCC, que são avaliadas através de uma prova prática. A estrutura é igual à formação no CIEFM, sendo apenas as técnicas ensinadas adaptadas para uma vertente da técnica policial. Relativamente ao CCC ministrado no Curso de Instrutor de Educação Física Militar, as técnicas ensinadas no mesmo foram alteradas ao longo do tempo, tendo por a estrutura desenvolvida pelo SCh Nunes da ESE estando distribuídos por 9 sessões agrupadas em 3 grupos. Durante este curso são dedicados 50 tempos de formação ao CCC integrados numa Unidade de Formação de Curta Duração, que culminam nos circuitos de aplicação, que são realizados como uma forma de validação de competências.

No que diz respeito à questão nº6²⁴: **“Existe um treino contínuo praticado na Unidade para além das formações ministradas? Se sim, qual a estrutura da mesma ou o referencial que segue?”**, é possível verificar que as unidades devido à sua diferente natureza apresentam diferenças significativas relativamente ao treino contínuo praticado. Na ESE, EA, AM e ES não existe treino contínuo na área do CCC. Estas unidades são polos de formação não se realizando treino contínuo com os militares que se encontram em formação.

Existe sim treino contínuo no RCmds, onde o gabinete responsável pelo treino físico também está responsável pelo treino contínuo dos militares na área do CCC através do Krav Maga. No batalhão operacional, como forma de treino contínuo existe por semana um dia em que se pratica luta e outro dia em que se pratica Krav Maga.

Como evidenciado pelo E2 no Regimento de Lanceiros nº2 existe uma dificuldade em dar continuidade ao treino de Defesa Pessoal causada pelos excessivos e constantes empenhamentos dos militares da unidade, sendo identificada uma falha no treino da Polícia do Exército nesta área. Como notado pelo E2, as técnicas de CCC exigem muito treino e repetição para que a reação a um possível confronto seja desencadeada pela memória muscular, salientando a importância do treino contínuo.

Relativamente à questão nº7²⁵: **“Na sua opinião os militares da sua Unidade encontram-se aptos a usar o CCC em combate ou no desempenho das suas funções para neutralizar uma ameaça se necessário?”**, de uma forma geral a opinião dos entrevistados é consensual e direcionada para uma falta de aptidão na resolução de confrontos físicos em combate por parte dos seus militares.

Tanto para a ESE como para a AM, segundo os entrevistados nº1 e nº 5, através da formação em CCC, os alunos criam bases para os seus conhecimentos técnicos, havendo uma necessidade de continuar a trabalhá-los através de formações ou treino subsequente. Para os alunos destinados aos QP de qualquer uma destas duas unidades é identificado um maior nível de competência em CCC, estando estes mais aptos do que os alunos em RV/RC da ESE.

O E2 identifica que relativamente aos militares que concluem os cursos lecionados pela sua unidade não responderiam perante uma situação de conflito de forma ideal devido a uma falta de continuidade após os referidos cursos.

²⁴ Para tabela com respostas relativas à pergunta nº1 ver apêndice I

²⁵ Para tabela com respostas relativas à pergunta nº1 ver apêndice J

No RCmds, segundo o que é referido pelo E3, somente um número reduzido dos militares estariam aptos a utilizar com sucesso técnicas de CCC em combate. Na visão do E2, os graduados apresentam uma clara aptidão, sendo que é nos praças que é notada uma falha nas competências em CCC. É mencionado que os militares apresentam esta falha devido a uma rotatividade de funções no que toca aos praças aliada ao grande número de horas de treino e repetição que o treino em CCC necessita.

O E6, relativamente à EA, reconhece de forma similar que a aptidão dos militares da sua unidade na utilização do CCC em situações reais é bastante reduzida, não estando na sua maioria os militares prontos a usar o CCC em combate. Embora haja um número considerável de horas de formação, este não é suficiente e deveria existir uma maior continuidade entre formações dadas.

Quanto à questão nº8²⁶: **“Na sua opinião quais as principais lacunas da formação em CCC ministrada?”**, destacam-se algumas falhas que são identificadas repetidamente por vários dos entrevistados.

A lacuna que se destaca, por ser identificada pelos entrevistados nº1, nº2, nº3 e nº5 é a falta de treino contínuo nas suas unidades. Estes entrevistados reconhecem que quer seja após conclusão de formações ministradas nas suas unidades quer no treino contínuo da sua unidade, é dedicado um reduzido número de horas ao CCC. Em bastantes ocasiões após conclusão dos cursos, embora os militares possam estar a desenvolver as suas capacidades de CCC, este progresso não é explorado, não sendo dada uma continuidade à formação através de formações ou treino subsequentes.

Em suma, as formações que existem são boas e suficientes, mas é necessário um treino continuado para uma manutenção e melhoria das capacidades de CCC.

Em particular, são identificadas mais lacunas. O E2 identifica que numa fase inicial de formação nos CFGCPE existe uma falta de sessões de CCC, para que os militares contruam uma base desde essa etapa. Este entrevistado refere ainda a necessidade de um manual de CCC mais atualizada para que haja uma linha condutora da formação nesta área.

O E5 refere que na AM a formação em CCC dos militares da GNR (Guarda Nacional Republicana) deveria ser mais especializada e deveria ter direito a mais horas de acordo com as suas funções futuras.

O E6 identifica que há uma notável ausência de formação em CCC durante a formação inicial no Exército, tanto no CFGCPE como nos cursos iniciais de CFO/CFS

²⁶ Para tabela com respostas relativas à pergunta nº1 ver apêndice K

RV/RC. Além disso, mesmo nos CFS QP, as horas de formação dedicadas ao CCC são insuficientes e não existe uma continuidade adequada nessa área. Essa lacuna é agravada pela escassez de formadores especializados em CCC, uma vez que há uma falta significativa de militares qualificados para ensinar nesta área. Resumindo, as lacunas identificadas incluem a falta de formação inicial, a falta de horas de formação dedicadas e a falta de formadores especializados em CCC.

No que se prende com a questão n^o27: **“Tendo identificado estas lacunas na formação e treino em CCC, na sua opinião, como podem estas lacunas ser mitigadas?”**, são apresentadas soluções para algumas das lacunas identificadas na pergunta anterior.

A introdução de treino contínuo de CCC nas unidades do Exército Português é uma solução que contribui de grande forma para a consolidação de competências nesta área, sendo que para isto ser implementado teria de, segundo o E2, se sobrecarregar menos a classe de praças com empenhamentos. O E3 apresenta como solução a criação de QP para praças, trazendo esta uma maior solidez a qualquer tipo de treino e em particular para o treino em CCC.

É proposta uma revisão do Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1, pelo E2. Este entrevistado propõe também um exame das matérias lecionadas nos CFGCPE de modo a que se introduza o CCC em detrimento de outras matérias não tanto atuais ou que não necessitam de tanto tempo para a sua assimilação.

Para a lacuna particular à AM o E5 afirma que uma maior diferenciação entre a formação dos alunos da GNR e do Exército e uma crescente carga horária para o CCC para os alunos da GNR seria uma solução.

Para abordar as lacunas identificadas na formação em CCC, algumas soluções podem ser consideradas. Uma delas é a criação de um Curso de Instrutor de CCC, independente do CIEFM, que capacite formadores especializados nessa área. Essa proposta, que já possui documentos e referências elaborados, visa suprir a falta de instrutores qualificados em CCC. Além disso, uma solução abrangente seria incluir o CCC na formação inicial de todas as classes militares, proporcionando uma base sólida em combate corpo a corpo. Essa medida não apenas preencheria essa lacuna, mas também seria atrativa e contribuiria para a retenção de praças, um assunto de importância crescente nos dias atuais no nosso Exército. A implementação do Curso de Instrutor de CCC e a

²⁷ Para tabela com respostas relativas à pergunta n^o1 ver apêndice L

inclusão do CCC na formação inicial possibilitariam abordar efetivamente as lacunas identificadas, garantindo formadores qualificados e uma formação consistente em CCC para todos os militares.

No que concerne a questão nº10: **“Tem algum contributo ou opinião que queira acrescentar que considere relevante para esta investigação?”**, houve alguns aspetos que foram apontados pelos entrevistados que valem a pena referir.

O E1 faz alusão a renovações substanciais em processo de preparação na programática do Exército Português relativamente ao CCC. Durante a entrevista, compartilha informações sobre a preparação em processo para a criação de duas publicações que estabelecerão as normas, procedimentos, princípios, diretrizes, exercícios e técnicas para a formação básica e complementar. Essas publicações ainda estão em processo de aprovação e serão provavelmente publicadas como Publicações Técnicas do Exército (PTE²⁸), embora o seu formato final ainda esteja em discussão.

O objetivo é que a formação básica seja ministrada a todos os militares do Exército durante o período inicial de formação, na IC (Instrução Complementar), com exceções para cursos de formação mais longos, como os da AM, ESE ou unidades de tropas especiais. O programa de formação básica consistiria em 9 sessões, um número reduzido, mas adequado ao tempo limitado disponível. Já a formação complementar tem como objetivo consolidar as competências por meio de treino contínuo ou complementar o programa básico nas exceções mencionadas anteriormente.

O programa de formação básica é dividido em três blocos, totalizando 9 sessões. O primeiro bloco concentra-se no desenvolvimento de competências básicas essenciais para o combate desarmado, abrangendo temas como movimento e proteção (CCC1), Armas Naturais (CCC2), Ataques no Solo (CCC3) e Ataque e Contra-ataque (CCC4). O segundo bloco desenvolve competências de suporte ao combate, incluindo Liberdade de Ação (CCC5), Contundentes, Cortantes e Perfurantes (CCC6), e Desarmes (CCC7). O terceiro bloco destina-se ao desenvolvimento de competências básicas para o combate armado, abordando tópicos como Ataque e Defesa (CCC8) com Arma e Retenção da Arma (CCC9).

A formação complementar abrange exercícios e técnicas adicionais e destina-se ao treino contínuo dos militares, especialmente aqueles que servem em unidades operacionais. Este programa complementar não segue uma estrutura de sessões pré-determinadas; os

28

exercícios propostos servem como base de trabalho, podendo ser modificados ou reorganizados. À medida que os instrutores ganham experiência, também têm a flexibilidade de introduzir novos exercícios não inicialmente contemplados. Além disso, podem ser realizadas pistas e circuitos de aplicação. Para a formação básica, uma pista modelo é proposta, baseada na estrutura da pista de 200 metros presente em todas as unidades de formação. Já para a formação complementar, o esquema das pistas é flexível, dependendo das infraestruturas disponíveis, como áreas urbanas, florestais ou mistas. Em ambos os casos, é crucial ter regras de execução bem definidas para que todos os participantes - executantes, "agressores" e instrutores/controladores - saibam exatamente o que podem e não podem fazer. O contexto, percurso e estações práticas também precisam de ser claramente definidos.

O trabalho dos instrutores pode variar; eles podem acompanhar os executantes e corrigir imediatamente quaisquer falhas observadas ou fornecer feedback apenas no final, quando interromperem. Embora o programa básico não inclua explicitamente a execução de uma pista (ou circuito), é possível realizá-la para fins avaliativos, caso seja necessário avaliar o desempenho e atribuir uma nota. Os procedimentos de avaliação e classificação também são estabelecidos nas publicações em preparação.

Os militares que participaram no último CIEFM já receberam formação para ministrar o programa básico. Os alunos dos dois últimos CFS da ESE também receberam formação com base no programa básico, com uma abordagem um pouco mais ampla, uma vez que eles têm 16 sessões em vez das 9 do programa básico. A formação complementar será testada pela primeira vez durante o primeiro CIEFM com grau 2 (exceto por algumas partes que fazem parte do programa básico "ampliado" ministrado na ESE).

Este é um grande contributo por parte do E2 relativo às perspetivas futuras da formação e treino em CCC no Exército Português. Em apêndice²⁹ está um quadro resumo com a informação relativa a estas publicações.

Como contributo extra à investigação o E2 é mencionado um assunto que este caracteriza como importante. Este assunto é o da necessidade de atuar dentro do princípio da proporcionalidade. Este é um princípio muito usado pela Polícia do Exército, pois há militares a fazer rondas em toda a guarnição de Lisboa, e que caso confrontados por uma situação têm de agir dentro dos conformes deste mesmo princípio, podendo reagir em legítima defesa, deles próprios ou de terceiros, não sendo sempre possível fazer uso da

²⁹ Ver Apêndice M

arma de fogo numa situação de CCC, ou até fazer uso dela, mas sem efetuar o disparo. Este princípio é tanto verdade para a Polícia do Exército como pode ser para militares de qualquer outra tipologia de forças onde as suas ações podem ser restringidas por Regras de Empenhamento.

O E3 tem um contributo interessante para a investigação relativamente à formação em CCC. Este refere que a progressão contínua na área do CCC é fulcral para o seu desenvolvimento. No RCmds está a ser procurado integrar o tiro real no treino em CCC, isto para um nível 2. Há sítios onde já é integrado o *Tactical Combat Casualty Care*³⁰ o que traz um realismo acrescido à formação, uma grande mais-valia. O E6 aponta que deve ser dada uma maior importância ao CCC, pois este é também um do nosso *core business*, contribuindo para a agilidade força e destreza de qualquer um é uma ferramenta excepcional.

4.3. Discussão dos Resultados – Entrevistas

As entrevistas realizadas foram fundamentais para complementar a pesquisa documental realizada neste estudo e as informações recolhidas dos diversos referenciais de curso e manuais, tanto pela perspectiva operacional como pelo aspeto investigativo, contribuindo integralmente para os resultados obtidos.

4.3.1. Escola de Sargentos do Exército

Na ESE existe um programa de CCC estruturado com uma complexidade crescente a nível técnico e de conhecimentos. Este programa é lecionado aos alunos destinados aos QP, composto por 16 tempos de formação, não dispondo os alunos do CFS RV/RC de formação em CCC durante a sua permanência na ESE. Estes 16 tempos de formação são uma versão alargada dos 9 tempos de formação propostos para a formação básica de CCC, estando os documentos para apoio à formação na ESE em fase de finalização, necessitando de revisão, aprovação e promulgação. Desta forma ainda é usado como base o Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1, embora adaptado devido a já ter passado um período considerável desde a sua publicação.

³⁰ O *Tactical Combat Casualty Care* segundo Butler (207) pode ser definido como um conjunto de diretrizes de cuidados pré-hospitalares de trauma baseadas em evidências e melhores práticas, personalizadas para uso no campo de batalha.

4.3.2. Regimentos de Lanceiros nº2

O E1 organicamente desempenha as funções de Comandante do 2º Pelotão do 2º Esquadrão de Polícia do Exército, não se encontrando a comandar ativamente o seu pelotão por estar a assumir as funções de instrutor da especialidade de Polícia do Exército, com maior importância para este estudo, o módulo de CCC da 1ª Formação Específica Inicial de Polícia do Exército de 2023.

No RL2 a formação em CCC está presente na especialidade de Polícia do Exército e no curso de Proteção Pessoal. Os instrutores do módulo de CCC da especialidade de Polícia do Exército e do curso de Proteção Pessoal estão habilitados com o Curso de Instrutor Militar de Krav Maga – Nível 1, retirando deste curso conhecimentos, princípios e técnicas e baseando-se no mesmo para a estrutura que implementam na formação na área do CCC no RL2. A necessidade de ir alguém do RL2 tirar o curso de Instrutor Militar de Krav Maga – Nível 1 foi criada por não existir nada que oriente a formação em CCC no RL2. O curso da especialidade de Polícia do Exército tem 4 horas semanais de CCC, divididas em 2 sessões de 2 horas.

4.3.3. Regimento de Comandos

O E3 está na Companhia de Formação do RCmds, e frequentou o 1º Curso de Instrutor Militar de Krav Maga – Nível 1.

No RCmds existem duas formações chaves na área do CCC, o curso de Instrutor Militar de Krav Maga – Nível 1 e o Curso de Comandos, que tem durante uma das suas fases formação em CCC de acordo com o sistema implementado no RCmds, o Krav Maga. O curso de Instrutor Militar de Krav Maga – Nível 1 apresenta uma estrutura onde existe uma complexidade e dificuldade de execução crescente das técnicas, começando-se por técnicas mais básicas e culminando na execução de provas práticas, na forma de pistas, utilizadas como método de avaliação. Para o Curso de Comandos existem sessões de Krav Maga, 16 ao todo, estando distribuídas ao longo de 8 semanas, duas sessões por semana.

É intenção a formação em CCC nesta unidade continuar a desenvolver-se, através do Krav Maga. Essa evolução irá ser procurado que se manifeste através da integração de tiro real, situações de equipa ou mesmo *Tactical Combat Casualty Care*.

4.3.4. Escola dos Serviços

O E4 providenciou informação sobre as atividades de Educação física Militar que são levadas a cabo na ES. A ES utiliza o REFE como referencial para o treino físico para

os vários cursos que são lecionados pela unidade. Apesar de definir o CCC e o enquadrar no Treino Físico de Aplicação Militar, o REFE não define uma estrutura para esta área, nem a forma como deve ser integrado com o treino físico. Desta forma não existem formações ou treino na área do CCC na ES.

4.3.5. Academia Militar

Para apurar quais as iniciativas de formação que decorrem na AM foi entrevistado o chefe da Secção de Educação Física e Desportos da Academia Militar. Este apresentou uma descrição da programação da formação em CCC destinada aos futuros oficiais do Exército Português e GNR.

O CCC é desenvolvido dentro da moldura do TFAM e trabalhado através do Judo, do Boxe e do CCC, 3 modalidades distintas. Cada modalidade é trabalhada pelos cadetes de diferentes anos durante 31 a 33 horas, totalizando em 100 horas o conjunto das 3 modalidades no fim do percurso pela AM. Tanto o Boxe como o Judo são lecionados por mestres civis e a sua estrutura é definida por estes sendo crescentes em complexidade e intensidade as técnicas ensinadas e a prática das mesmas. O CCC está à responsabilidade do RCmnds, sendo usado o Krav Maga como sistema de CCC, seguindo todos os seus princípios e técnicas, adaptando apenas as técnicas aos alunos da GNR.

4.3.6. Escola das Armas

Na EA são lecionados dois cursos com módulos na área do CCC, o CIEFM e a especialidade de Polícia do Exército ao CFO/CFS RV/RC. Para a especialidade de Polícia do Exército é ministrado o módulo de Defesa Pessoal cuja avaliação é feita na EA através de uma prova prática na forma de um circuito de avaliação. As técnicas ensinadas aos formandos durante este módulo são técnicas específicas essenciais ao desempenho das suas funções futuras. No módulo de CCC do CIEFM a finalidade não é apenas dar a conhecer aos formandos técnicas de CCC, mas também capacitá-los a que após adquirirem estas técnicas básicas possam lecionar sessões de CCC como instrutores de Educação Física Militar. Este módulo dispõe de 50 tempos de formação durante duas semanas e os formandos são avaliados em prova prática e ao darem sessões uns aos outros, na forma de práticas pedagógicas.

4.3.7. Considerações Comuns

Um aspeto comum a dois dos entrevistados (nº1 e nº6) é que a maioria das formações que estes apresentam na área do CCC foram adquiridas de forma externa à instituição, na forma de artes marciais ou outro tipo de formações que estes procuraram obter no seu tempo livre. As formações nesta área que apresentam por parte do Exército Português são já antigas e encontram-se desatualizadas.

Um tema recorrente e comum a quase todos entrevistados é que identificam que há uma falha ou inexistência de treino contínuo na área do CCC nas suas unidades. Ou seja, apesar de haver formações nesta área, este conhecimento e técnicas não são refinados de forma contínua, estagnado assim a evolução do formando após concluir as formações que são lecionadas. Isto é especialmente notado para a classe de praças no RCmds e no RL2, onde os praças precisam de estar continuamente a desenvolver as suas capacidades de CCC devido à natureza e missão destas forças.

Os entrevistados identificam todos que apenas um pequeno número dos militares da sua unidade ou que recebem as suas formações estariam prontos para usar de forma bem-sucedida o CCC em combate. Esta é uma falha que é claramente potenciada pela falta de treino contínuo de CCC.

4.3.8. Sugestões e Contributos suscitados pelos entrevistados

Estão neste momento em trabalho duas publicações que renovaram doutrinariamente a formação e as técnicas de CCC neste momento em prática no Exército Português. Serão publicadas Publicações Técnicas do Exército (PTE) relacionadas à formação básica e complementar em CCC. A formação básica visa capacitar todos os militares do Exército, com exceção de cursos mais longos. São 9 sessões divididas em 3 blocos, abordando competências para combate desarmado, suporte ao combate e combate armado e a intenção é que seja incluída na IC. A formação complementar consiste em exercícios e técnicas adicionais, destinados ao treino contínuo dos militares em unidades operacionais. A avaliação poderá ser feita através de pistas, as quais não possuem uma estrutura fixa e podem ser adaptadas pelos instrutores. A avaliação e classificação dos formandos estão definidas nas publicações. Alguns militares já foram treinados para ministrar a formação básica e é intenção que a formação complementar seja testada durante o primeiro CIEFM com grau 2.

Uma série de outros contributos à investigação que surgiram durante as entrevistas está relacionado com a formação e treino da classe de praças. De modo a incluir na sua

formação o CCC, uma solução seria incluir na IC a formação básica na área do CCC. Isto é algo que estaria previsto nas publicações em preparação anteriormente mencionadas. Outro contributo é relativo à falta de tempo para o treino e formação que a classe de praças mostra. Uma solução proposta para isto seria a criação de QP para praças para funções operacionais, de forma a que pudessem trabalhar o CCC de forma contínua e constante sem que constantes empenhamentos os impeçam de o fazer.

CAPÍTULO 5 – CONCLUSÕES E RECOMENDAÇÕES

5.1. Enquadramento

Este capítulo tem como objetivo responder às perguntas derivadas, conduzindo à resposta da pergunta inicial. Além disso, serão apresentadas reflexões finais sobre todo o processo de investigação, incluindo suas limitações, e serão discutidas sugestões para futuras investigações no mesmo tema.

5.2. Resposta a Perguntas Derivadas

As Perguntas Derivadas surgem criadas diretamente através dos Objetivos Específicos. De seguida será procurado responder às Perguntas Derivadas concebidas para esta investigação.

Relativamente à Pergunta Derivada nº1: **“Quais as orientações, metodologias e diretivas gerais emanadas pelo Exército Português para a implementação e supervisão na Formação/Treino em Defesa Pessoal e Combate Corpo-a-Corpo?”** a informação que é necessária para responder à mesma está toda presente na análise documental feita ao longo deste trabalho.

O documento central para orientar e estabelecer metodologias a formação em DP e CCC é o Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 de 2013. Este manual define a estrutura de uma sessão de CCC, as técnicas de CCC a ser ensinadas, regras de segurança a ter em conta ao planear uma sessão de CCC, de que forma deve ser conduzida a avaliação em CCC e dirige a forma como deve ser construído um programa de CCC chegando a apresentar dois programas-tipo com um número diferente de sessões como exemplos. Apesar de este ser o documento central em vigor para formação em CCC, como foi possível verificar através das entrevistas realizadas, este não é usado, pela maioria das unidades que ministram formação nesta área, sendo que aquelas que o usam,

implementam-no com substanciais alterações. Isto revela que este é um documento que está desatualizada e que necessita de ser revisto.

Não sendo usado o Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 de forma extensiva, os documentos utilizados são os referenciais de curso dos diversos cursos na área do CCC. Estes cursos são o Curso de Instrutor Militar de Krav Maga – Nível 1, o Curso de Comandos, a especialidade de Polícia do Exército e o CIEFM. Tanto o Curso de Instrutor Militar de Krav Maga – Nível 1, o Curso de Comandos e a especialidade de Krav Maga estão a utilizar o Krav Maga como modalidade para o CCC, não existindo para além dos referenciais dos cursos diretivas acerca da estrutura dos cursos. O CIEFM utiliza como referências para o seu módulo de CCC o PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo, publicação essa que segundo a Arquitetura Doutrinária (2021) produzida pelo Estado Maior do Exército foi renomeado para PDE 7-71-20 Combate Corpo a Corpo e se encontra em produção.

Desta forma é possível observar que as diretivas, orientações e metodologias emanadas pelo Exército Português para a formação em DP e CCC são escassas e desatualizadas, necessitando de uma urgente revisão e reformulação.

No que toca ao treino contínuo previsto para a área do CCC, como anteriormente verificado a nível documental existe uma desconexão entre o definido pelo mais recente PDE 7-00 Sistema de Informação do Exército: Ensino, Formação e Treino e o Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 no que toca na área da EFM ao CCC, não existindo orientações para este tipo de treino contínuo e revelando-se assim uma lacuna no planeamento da manutenção de capacidades e competências na área do CCC. Isto aliado à falta de treino contínuo identificada pelos militares entrevistados ao longo da investigação cria uma conjuntura de falta de treino contínuo em CCC no Exército Português excetuando os militares em unidades com atividades operacionais como o RCmds.

Respondendo agora à pergunta derivada nº2: **“Quais as características da formação em Defesa Pessoal e Combate Corpo-a-Corpo, aos instruídos da classe de Praças?”**, esta é uma caracterização possível de ser feita através da análise conjunta dos documentos recolhidos e dos dados recolhidos nas entrevistas.

Como anteriormente verificado no Plano de Formação Anual (2022) os cursos que este preconiza e que apresentam componentes ou módulos de DP ou CCC e que podem ser destinados à classe de praças são o Curso de Operações Especiais, o Curso de Comandos, o Curso de Proteção Pessoal e o Curso de Paraquedistas. Está ainda disponível a

especialidade de Polícia do Exército para a classe de praças, curso esse que contém formação em CCC.

A formação em CCC no Curso de Comandos é feita através do uso do Krav Maga como sistema de CCC, sendo esta caracterizada por ser constituída por 8 sessões de duas horas, dando um total de 16 horas. Tanto o curso de Proteção Pessoal como a especialidade de Polícia do Exército para praças são ministrados no RL2 e é utilizado também o Krav Maga como sistema de CCC. A especialidade de Polícia do Exército apresenta uma estrutura semelhante na formação em CCC ao Curso de Comandos, não só por utilizar o Krav Maga como base, mas por também apresentar uma carga horária semelhante de duas sessões de duas horas por semana.

Para o Curso de Paraquedistas é definida a tarefa “Praticar luta corpo a corpo” como uma das tarefas necessárias para cumprir a competência “Manter-se Pronto para o serviço” definida na matriz de competências de qualquer militar que conclua o curso de Paraquedistas. (Exército Português, 2019).

É importante destacar que no Plano de Formação Anual de 2023 ainda estão programados os CFGCPE para este ano. No entanto, ao analisar a documentação do referencial do CFGCPE, constata-se que não há previsão de qualquer tipo de formação em DP ou CCC ao longo de todo o período em que o curso é realizado. Isso significa que os praças do Exército Português não recebem formação na área de CCC durante sua formação básica ao frequentarem o CFGCPE.

De forma a responder à pergunta derivada nº3: **“Quais as características da formação em Defesa Pessoal e Combate Corpo-a-Corpo, ministrada aos militares pertencentes às classes de Oficiais e Sargentos?”** é possível afirmar o seguinte.

Os Oficiais e Sargentos dos QP frequentam a sua formação inicial na AM e ESE respetivamente.

Na AM são lecionadas três modalidades diferentes para a formação em DP e CCC, o Judo, o Boxe e o Krav Maga. A formação especificamente na área do CCC é lecionada através do Krav Maga, não ficando assim claro se é cumprido o definido no Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 (2013), publicação ainda em vigor, que diz que os militares dos cursos de formação da AM devem no mínimo cumprir o nível 1B. Embora haja uma discrepância em relação à programação estabelecida pelo Exército Português para a formação em CCC, os militares em formação na AM recebem uma formação atualizada, abrangente e sólida, que estabelece uma base firme de conhecimentos e técnicas. Ainda assim os oficiais destinados aos QP apresentam uma formação estruturada

e reforçada a nível de carga horária, com cerca de 33 horas exclusivamente dedicadas ao CCC, e outras 66 para o Judo e o Boxe, comparativamente aos programas tipo de CCC delineado no Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 (2013) estabelecido com 16 sessões para o nível 1A Elementar mais 7 sessões para o nível 1B Complementar 7 sessões, perfazendo um total de 23 sessões.

O Krav Maga é utilizado pelo RCmds como o seu sistema de CCC, sendo ensinado na AM, aos militares do RCmds e que frequentam o Curso de Comandos e aos militares que frequentam o curso de Instrutor Militar de Krav Maga Nível 1. Este é um sistema para o qual no RCmds está a ser procurado que evolua, e sendo recente no Exército Português, está ainda em fase de adaptação. Os Oficiais e Sargentos do RCmds são já formados na área do CCC através deste sistema, assim como outros que frequentem o curso de Instrutor Militar de Krav Maga Nível 1, como é o caso dos formadores na área do CCC no RL2.

No que toca aos militares em formação na ESE, estes têm a sua formação em CCC dividida ao longo de 16 tempos de formação e seguindo a estrutura geral do Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 (2013) mas sendo adaptada pelo formador. Devido a este tempo disponível para a formação reduzido, não é cumprido o previsto pelo Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 (2013), pelo menos de acordo com a estrutura tipo preconizada por este. Isto sugere que ou o número de horas disponível de formação, ou este manual se encontra desatualizado e desadequado à realidade da formação em CCC no Exército Português.

Para os militares dos CFO/CFS RV/RC não existe formação em CCC durante a sua formação inicial, e só sendo esta possível na frequência da sua especialidade ou em cursos posteriores. Desta forma não são criadas bases para a formação posterior em CCC aos Oficiais e Sargentos em RV/RC no Exército Português de acordo com aquilo previsto no Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1.

5.3.Resposta à Pergunta de Partida

Após concluir a análise dos resultados obtidos em cada etapa do processo de investigação, é possível obter a resposta à Pergunta de Partida: **“Qual o processo de formação e treino dos militares na área da Defesa Pessoal e Combate Corpo a Corpo no Exército Português?”** é possível de ver que a formação e treino na área da DP e CCC não segue uma linha central comum a todos os militares do Exército Português. Existem vários sistemas de DP e CCC a serem adotados para a formação e treino pelas diferentes unidades do Exército Português. Encontra-se em expansão o Krav Maga como sistema de

CCC, originário no Exército Português no RCmds, e sendo adotado pelo RL2 e AM como sistema usado na formação dos seus militares na área da DP e CCC. A formação em CCC ministrada no restante Exército Português está estruturada para usar como base o Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1, que por estar já desatualizado a nível técnico e não se adaptar às circunstâncias das unidades a nível de tempo de formação é adaptado de acordo com a experiência e conhecimentos dos formadores das unidades onde é ministrado. Desta forma, o processo de formação em DP e CCC no Exército Português é disforme não seguindo uma linha orientadora para todos os militares. Isto cria situações em que unidades como a ES não têm qualquer tipo de formação ou treino na área da DP e CCC.

No que se prende com o treino na área da DP e CCC é possível notar uma grande lacuna. Não existe um treino nesta área fora das unidades que têm encargos diretamente operacionais, não existindo uma manutenção de capacidades e competências no CCC para a maioria dos militares do Exército Português.

5.4. Confirmação dos Objetivos de Investigação

No que toca aos objetivos de investigação definidos no início deste trabalho, foi caracterizada a formação e treino na área da Defesa Pessoal e Combate Corpo a Corpo dos militares do Exército Português. Através da análise do planeado das diversas diretivas e documentos orientadores da formação e treino no Exército Português e da definição da estrutura das formações realizadas foi possível criar um panorama relativo à formação e treino na área da DP e CCC.

Foi comparada a estrutura prevista para a formação em DP e CCC com o que é praticado na realidade no Exército Português, com base em manuais e documentos orientadores. Dessa forma, é possível verificar a implementação desses programas no Exército e como estão sendo adaptados a cada unidade. Analisou-se a implementação desses programas para as classes de Oficiais, Sargentos e Praças do Exército Português.

5.5. Reflexões Finais

Após concluído todo o projeto de investigação existem alguns aspetos que merecem ser trabalhados de forma a existir uma evolução na formação e treino na área da DP e CCC no Exército Português.

Foi constatado que o Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 está consideravelmente desatualizado, e as suas técnicas e estrutura não são amplamente utilizadas em nenhum programa de formação ou unidade. Diante dessa situação, torna-se

evidente a necessidade de estabelecer uma abordagem centralizada para a formação e treino em DP e CCC, já que atualmente apenas esforços isolados são feitos para manter esta formação. Uma solução viável seria a criação de uma Comissão Técnica de CCC, que reuniria esses esforços de forma coordenada, aproveitando as contribuições individuais de cada um dos participantes.

Uma solução para concentrar esforços no desenvolvimento contínuo de técnicas e conhecimentos em DP e CCC seria criar um Centro de Excelência. Este Centro reuniria especialistas na área para desenvolver o programa de acordo com sua experiência e conhecimento. Além disso, o Centro formaria instrutores das unidades de DP e CCC, atualizando seus conhecimentos.

A DP e CCC são áreas em constante evolução com novas técnicas surgindo constantemente, o que exige manutenção regular. Por isso, os próprios formadores precisam de atualizar os seus conhecimentos periodicamente. Estabelecer um prazo de validade para as formações é uma solução para manter os conhecimentos atualizados. Após a conclusão de uma formação, se o prazo de validade expirar, o militar precisará de realizar uma formação de renovação ou reciclagem de conhecimentos e técnicas para continuar a trabalhar na área de formação em DP e CCC.

5.6.Limitações da Investigação

Durante o desenvolvimento desta pesquisa, uma das limitações encontradas foi a escassez de fontes bibliográficas relacionadas ao enquadramento concetual do tema abordado. Essa limitação dificultou a correlação dos resultados obtidos, tanto das entrevistas realizadas como da análise documental. Além disso, a realização das entrevistas também apresentou uma limitação devido ao reduzido número de especialistas nessa área específica no Exército Português. Essas limitações afetaram o processo de obtenção e interpretação dos resultados deste estudo.

5.7.Propostas para Investigações Futuras

Para investigações futuras é sugerido que seja realizado um estudo aprofundado direcionado para a criação de doutrina relativamente ao CCC no Exército Português de modo a atualizar o manual atualmente em vigor. Além disso, é sugerida a realização de uma investigação abordando a viabilidade e implicações da criação de um Centro de Excelência para o Combate Corpo a Corpo.

BIBLIOGRAFIA

- Albarello, L., Digneffe, F., Maroy, J. H. C., Ruquoy, D., Saint+Georges, P., 1997. *Práticas e Métodos de Investigação em Ciências Sociais*. Lisboa: Gradiva.
- Alecrim, J. V. C., & de Macêdo, K. S. (2016). *Defesa Pessoal: Fundamentos e Prática*. Fórum de Integração Ensino, Pesquisa, Extensão e Inovação Tecnológica do IFRR-e- ISSN 2447-1208, 3(2).
- Almeida, L. (2020). *A formação contínua no Exército Português*. Revista Militar, 72(2), 149-155.
- Almeida, L. S., & Freire, T. (1997). *Metodologia de investigação em psicologia e educação*. Coimbra: APPORT - Associação dos Psicólogos Portugueses
- Andrade Neto, J. B., & Foresti, Y. F. (2021). *Krav Maga: Concepções, Controvérsias e Reflexões*. Brazilian Journal of Development, 7(11), 102217-102233.
- Băițan, G.-F. (2021). *Hand-to-hand combat with or without portable armament – fundamental elements for the training of the modern military*. 10, 124–132. doi:10.53477/2284-9378-21-16
- Bardin, L. (2016). *Análise de conteúdo*. Edições 70.
- Barreiro, P. L., & Albandoz, J. P. (2001). Population and sample. Sampling techniques. Management mathematics for European schools, 6.
- Bell, J. (2010). *Como realizar um projeto de investigação*. (5ª Edição). Lisboa: Gradiva.
- Biernacki, P., & Waldorf, D. (1981). *Snowball Sampling—Problems and Techniques of Chain Referral Sampling*. Sociological Methods & Research, 10, 141-163. <https://doi.org/10.1177/004912418101000205>
- Butler Jr., F. K. (2017). *Tactical Combat Casualty Care: Beginnings*. Wilderness & Environmental Medicine, 28(2), S2-S6. <https://doi.org/10.1016/j.wem.2016.12.004>

- Cao, D. (2018). *Confucianism and Daoism: Animals in Traditional Chinese Thought*. In *The Routledge Handbook of Religion and Animal Ethics* (pp. 56-62). Routledge.
- Carvalho, J. E., 2009. *Metodologia do Trabalho Científico. «Saber Fazer» da investigação para dissertações e teses*. 2.^a ed. Lisboa: Escolar Editora.
- Cohen, M. & Nagel, E. (1971). *Introducción a la lógica y al método científico* (2^a ed.). Amorrortu.
- Creswell, J. W. (2007). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (2^a Edição). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Dalfovo, M. S., Lana, R. A., & Silveira, A. (2008). *Métodos quantitativos e qualitativos: um resgate teórico*. *Revista interdisciplinar científica aplicada*, 2(3), 1-13.
- DeMarrais, K. (2004). *Qualitative interview studies: Learning through experience*. *Foundations for research: Methods of inquiry in education and the social sciences*, 1(1), 51-68.
- Direção de Formação [DF] (2017). *Glossário da Formação no Exército*. Évora: DF
- Edwards, R., & Holland, J. (2013). *What is qualitative interviewing?*. A&C Black
- Escola da Guarda. (2010). *Manual de luta e defesa pessoal*.
- Escola da Guarda. (2013). *Manual de defesa pessoal*.
- Estado Maior do Exército (2021) *Arquitetura Doutrinária*. Lisboa
- Exército Brasileiro. (2002). *Manual de Instrução Treinamento Físico Militar Lutas* (3^a Edição). Exército Brasileiro
- Exército Brasileiro. (2017). *Caderno de Instrução Combate Corpo a Corpo* (1^a Edição). Exército Brasileiro
- Exército Português (2002). *Regulamento de Educação Física do Exército*. Lisboa

- Exército Português (2014). *Referencial De Curso Formação Geral Comum De Praças Do Exército*. Lisboa
- Exército Português (2015a). *Referencial de Curso – Curso de Formação de Sargentos Em Regime De Voluntariado E Contrato*. Lisboa
- Exército Português (2015b). *Referencial de Curso – Curso de Formação de Oficiais Em Regime De Voluntariado E Contrato*. Lisboa
- Exército Português (2017). *Glossário da Formação no Exército*. Évora
- Exército Português (2019). *Referencial de Curso Paraquedista - Oficiais*. Lisboa
- Exército Português (2022). *Plano de Formação Anual 2023*. Lisboa
- Exército Português (2022). *Referencial de Curso de Instrutor Militar de Krav Maga Nível I*. Lisboa
- Exército Português (2023). *Referencial de Curso Instrutor de Educação Física Militar – Grau I*. Lisboa
- Exército Português [MDN] (2022). **Defesa 2020**. In Portal do Exército Português. Acedido a 08 de março de 2023 em <https://www.exercito.pt/pt/junta-te/rc-rv?menu=menu-6>
- Exército Português. (2013). *Manual de Combate Corpo a Corpo Nível I*. Exército Português
- Exército. (2020). *PDE 7-00 Sistema de Instrução do Exército: Ensino, Formação e Treino*. Lisboa: Exército Português.
- Figueiredo, A. (2006). *A Institucionalização Do Karaté: Os Modelos Organizacionais do Karaté em Portugal* [Doctoral Dissertation, Faculdade de Motricidade Humana]. Repositório Institucional da Universidade Técnica de Lisboa.
- Fortin, M.-F. (2009). *O processo de investigação: Da concepção à realização* (5ª Edição). Loures: Lusociência
- Freixo, M. (2011). *Metodologia científica: fundamentos, métodos e técnicas*. Lisboa: Instituto Piaget.
- Gall, M., Gall, J., & Borg, R. (2007). *Educational research: An introduction* (8th ed.). New York, NY: Pearson Education.

- Given, L. M. (Ed.). (2008). *The Sage encyclopedia of qualitative research methods*. Sage publications.
- Gouré, D. (1995). *Non-lethal force and peace operations*. *GeoJournal*, 37, 267-275.
- Guarino, J. (2007). *The Modern Army Combatives Program (MACP) in all Training*. Army Sergeants Major Academy Fort Bliss Tx.
- Haro, F., Serafim, J., Cobra, J., Faria, L., Roque, M. I., Ramos, M., & Costa, R. (2016). *Investigação em ciências sociais: Guia prático do estudante*. Lisboa: Factor
- Instituto Universitário Militar [IUM] (2019). *Orientações Metodológicas para a elaboração de trabalhos de investigação*. Lisboa: IUM
- Jensen, P. R. (2014). *Hand-to-hand combat and the use of combatives skills: An analysis of United States Army post combat surveys from 2004-2008*. Military Academy West Point Ny Center For Enhanced Performance.
- Jensen, P., & Goodman, S. (2017). *Combat Feedback from US Army Combatives Instructors*. *Infantry Online*, 106, 14-18.
- Jones, S. (2021). *Validity in social research*. In S. Johnson (Ed.), *Research methods in social sciences* (pp. 45-68). Oxford University Press.
- Kruszewski, A. (2023). *From Ancient Patterns of Hand-to-Hand Combat to a Unique Therapy of the Future*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(4), 3553.
- Lefter, N. (2016). *The structure of training lessons in hand to hand combat in the military education institutions*. *Știința Culturii Fizice*, 2(26), 163-165.
- Marconi, M. D., & Lakatos, E. M. (2003). *Fundamentos da Metodologia Científica* (5.^a ed.). Editora Atlas.
- Marques, C. P. S. D. S. (2016). *A percepção da população face ao uso da força por parte das forças de segurança: o caso específico da Guarda Nacional Republicana*. (Bachelor's thesis, [sn]).

- Merriam, S. B., & Tisdell, E. J. (2016). *Qualitative research: A guide to design and implementation*. John Wiley & Sons.
- Miaoulis, G., & Michener, R. D. (1976). *An introduction to sampling*. Kendall.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. Sage.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook*. Sage publications.
- Mills, A., Eurepos, G. & Wiebe, E. (2010). *Encyclopedia of case study research - Volume 1*. Sage Publications, Inc.
- Neves, J. L. (1996). *Pesquisa qualitativa: características, usos e possibilidades*. Caderno de pesquisas em administração, São Paulo, 1(3), 1-5.
- Noor, K. (2008). *Case-Study-A-Strategic-Research-Methodology.pdf*. American Journal of Applied Sciences, 5(11), 1602–1604
- O'reilly, M., & Parker, N. (2013). *Unsatisfactory Saturation: a critical exploration of the notion of saturated sample sizes in qualitative research*. Qualitative research, 13(2), 190-197
- Oh, H. J., Hannon, J. C., & Banks, A. (2006). *Teaching taekwondo in physical education: Incorporating the color belt system*. Strategies, 20(1), 15-19.
- Pardal, L. A. e Correia, E., 1995. *Métodos e técnicas de investigação social*. Porto: Areal.
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research and evaluation methods* (4ª Edição). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Rice, D. (2009). *Representing the Impacts of Information on Agent Decision Making in Close Combat Constructive Simulations*.
- Roach, J. A. (1983). *Rules of engagement*. Naval War College Review, 36(1), 46-55.

- Rosado, D. P. (2017). *Elementos Essenciais de Sociologia Geral*. (G. Valente, Ed.) (1a). Lisboa: Gradiva.
- Santana, M. R. D. (2020). *A efetividade do emprego das técnicas de combate corpo a corpo em missões reais do Exército Brasileiro*.
- Saunders, M., Lewis, P., Thornhill, A., 2009. *Research Methods for Business Students*. 5th Ed. Essex: Pearson Education Limited
- Silva, J. (2013). *A importância da Defesa Pessoal na formação da Academia Militar- Exército e GNR* (Doctoral dissertation, Academia Militar. Direção de Ensino).
- Simões, M. M. F. P. (2017). *O combate corpo a corpo na Academia Militar*. Lisboa: Academia Militar.
- Singleton II, A. R. (2012). *The Marine Corps Martial Arts Program: The Warrior Mindset of a Martial Culture*. Virginia: Master of Military Studies.
- Smith, J. (2018). *Reliability in research*. *Journal of Educational Psychology*, 110(3), 380-391. <https://doi.org/10.1037/edu0000251>
- Smith, M. (2007). *Studies in qualitative methodology. Negotiating boundaries and borders: Qualitative methodology and development research*. (8ª Edição). Oxford: Elsevier
- Sousa, M., & Baptista, C. (2011). *Como Fazer Investigação, Dissertações, Teses e Relatórios - Segundo Bolonha*. Lidel.
- Stenius, M. (2014). *The legacy of pankration: Mixed martial arts and the posthuman revival of a fighting culture*. *The international Journal of Combat Martial Arts and Sciences ICMAUA*, 13(5), 40-57.
- Style, E. C. (2001). *Animal and Imitative Systems in Chinese Martial Arts*. Edited by Thomas A. Green.
- U.S. Army, U. (2017). *FM 3-25.150 Combatives*. Washington, DC: Headquarters Department of the Army.

U.S. Army. (1992). *FM 21-150 Combatives*. Washington: Department of the Army

U.S. Department of the Army (1992). *FM 21-150, Combatives*. Washington, DC: Headquarters Department of the Army.

USMC. (2011). *Marine Corps Martial Arts Program (MCMAP)*

Wojadkowski, W. (2007). *Combatives and conditioning: winning the close fight*. *Infantry*, 96, 1.

Yin, R. K. (2003). *Case study research: Design and methods* (Vol. 5).

APÊNDICES

APÊNDICE A – CARTA DE APRESENTAÇÃO E PREÂMBULO DAS ENTREVISTAS

CARTA DE APRESENTAÇÃO



ACADEMIA MILITAR

A Preparação do Soldado no Combate Corpo-a-Corpo no Exército Português

Autor: Aspirante de Infantaria João Maria de Brito Caçador Mendes de Lima

Orientador: Tenente-Coronel de Infantaria Fernando Alberto de Paiva Ribeiro de Moura

Coorientador: Capitão de Infantaria Guilherme Neto

Mestrado Integrado de Ciências Militares na Especialidade de Infantaria

Relatório Científico Final do Trabalho de Investigação Aplicada

Lisboa, maio de 2023

CARTA DE APRESENTAÇÃO

O respetivo Trabalho de Investigação Aplicada (TIA), intitulado “A Preparação do Soldado no Combate Corpo-a-Corpo no Exército Português”, é parte integrante do ciclo de estudos do Mestrado Integrado em Ciências Militares, na Especialidade de Infantaria, da Academia Militar.

O Objetivo Geral desta investigação relaciona-se com a intenção de caracterizar o treino na área da Defesa Pessoal e Combate Corpo a Corpo dos militares nas várias unidades do Exército Português analisando a estrutura da formação prevista nos manuais e referenciais em vigor no E e a implementação destes mesmos programas. Com esta análise pretende-se criar uma visão integral do estado da formação em CCC no Exército Português.

Assim sendo, torna-se importante a procura de informação, respostas e opiniões por parte de instrutores ou formadores que se encontrem a desempenhar, ou tenham desempenhado, funções no âmbito da formação e/ou treino na área da Defesa Pessoal e Combate Corpo-a-Corpo, recolhendo assim informação relacionada com a implementação do Programa de Combate Corpo-a-Corpo previsto no Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1 e possíveis ajustes que tenham feito na forma como aplicam a formação prevista no mesmo e outros documentos orientadores que sejam usados.

Face ao referido anteriormente, venho por este meio solicitar a Vossa Excelência que me conceda uma entrevista, tendo em consideração que os seus contributos serão fulcrais à elaboração e desenvolvimento desta investigação.

Grato pela sua disponibilidade

Cordialmente,

João Maria de Brito Caçador Mendes de Lima

Aspirante de Infantaria

APÊNDICE B – GUIÃO DAS ENTREVISTAS



ACADEMIA MILITAR INQUÉRITO POR ENTREVISTA

PREÂMBULO:

O presente inquérito por entrevista surge no seguimento do ciclo de estudos do Mestrado Integrado em Ciências Militares, na especialidade de Infantaria, sendo uma componente essencial para a elaboração do Relatório Científico Final do Trabalho de Investigação Aplicada. O tema em estudo é: “**A Preparação do Soldado no Combate Corpo-a-Corpo no Exército Português**” que tem como desiderato analisar o processo de treino em Defesa Pessoal e Combate Corpo a Corpo existente no Exército Português e quais os métodos pedagógicos de instrução, através dos quais é conduzido. Esta investigação tem como finalidade proporcionar uma visão holística do estado do treino dos militares (Oficiais, Sargentos e Praças) do Exército Português, em Defesa Pessoal e Combate Corpo-a-Corpo pretendendo-se assim fazer uma análise do previsto nos manuais e referenciais de formação nesta área e da aplicação dos mesmos nas várias unidades do Exército Português.

Esta entrevista semiestruturada tem como objetivo compreender e comparar, com os dados obtida na análise prévia de documentação, o ponto de vista de alguém com experiência no tema. É dada total liberdade ao entrevistado para partilhar qualquer informação que considere pertinente e oportuna para o estudo, sendo que nos casos que assim o exija será dada total confidencialidade à identidade dos entrevistados.

GUIÃO

Nome:

Posto/Função:

Unidade:

SubUn:

Data:

1.1 Quais são as funções que desempenha neste momento?

1.2 Que formações tem na área do CCC?

1.3 Retirou ferramentas e/ou mais valias dessas mesmas formações para implementar no treino e ou formação da sua Unidade?

1.4 Quais são as formações/atividades levadas a cabo para a formação em CCC na sua Unidade?

1.5 Qual a estrutura dessas mesmas formações? Quais são os documentos orientadores usados durante as mesmas?

1.6 Existe um treino contínuo praticado na Unidade para além das formações ministradas? Se sim, qual a estrutura da mesma ou o referencial que segue?

1.7 Na sua opinião os militares da sua Unidade encontram-se aptos a usar o CCC em combate ou no desempenho das suas funções para neutralizar uma ameaça se necessário?

1.8 Na sua opinião quais as principais lacunas da formação em CCC ministrada?

1.9 Tendo identificado estas lacunas na formação e treino em CCC, na sua opinião, como podem estas lacunas ser mitigadas?

1.10 Tem algum contributo ou opinião que queira acrescentar que considere relevante para esta investigação?

Obrigado pela disponibilidade e colaboração.

João Maria de Brito Caçador Mendes de Lima
Aspirante de Infantaria

Apêndice C – Funções Principais das Classes dos militares Paraquedistas

Praças	Sargentos	Oficiais
“Participar na condução de toda tipologia de operações nas missões atribuídas aos Batalhões de Paraquedistas” (Exército Português, 2019)	<ul style="list-style-type: none"> •Comandar Secção de Paraquedistas em operações de combate; •Integrar a execução de uma operação aerotransportada; •Auxiliar o comandante de pelotão na execução de tarefas táticas como Cmdt de secção e Sargento de pelotão; •Ministrar cursos de Formação de Paraquedista 	<ul style="list-style-type: none"> •Comandar um Pelotão de Paraquedistas em operações de combate; •Planear e integrar a execução de uma operação aerotransportada; •Auxiliar o comandante de Companhia na execução de tarefas táticas; •Ministrar cursos de Formação de Paraquedista.

Apêndice C – Entrevistados

Nº	Posto/Função	Unidade	SubUn
E1	SCh/ Instrutor de CCC da ESE e do módulo de CCC do CIEFM	ESE	Centro de Línguas do Exército
E2	Alf/Instrutor na 1ª FEPE 2023	RL2	2/2Esq PE
E3	Ten/Instrutor Militar de Krav Maga	RCmds	CForm
E4	Cap/ Instrutor de Treino Físico da ES	ES	CCS/GEFM
E5	TCor/ Chefe da Secção de Educação Física e Desportos	AM	Secção de Educação Física e Desportos
E6	SAj/ Sargento Adjunto do Gabinete de Educação Física Militar	EA	Gabinete de Educação Física Militar

Apêndice D – Síntese das respostas relativas à pergunta nº1

Pergunta nº1 – Quais as Funções que desempenha neste momento?	
1	Instrutor de CCC da ESE e do módulo de CCC do CIEFM
2	Instrutor na 1ª FEIPE 2023
3	Instrutor Militar de Krav Maga
4	Comandante da Companhia de Comando e Serviços da ES/ Instrutor de Treino Físico da ES
5	Chefe da Secção de Educação Física e Desportos
6	Sargento Adjunto do Gabinete de Educação Física Militar

Apêndice E – Síntese das respostas relativas à pergunta nº2

Pergunta nº2 – Que formações tem na área do CCC?	
1	Formação “maioritariamente externa ao Exército (cinto negro em 3 estilos diferentes e várias graduações inferiores a cinto negro).” (...) “Tenho ministrado vários cursos e formações nacionais e internacionais. Internamente a única formação foi conferida pela realização do CIEFM (em 1999)”
2	Aulas de CCC ao longo do percurso na AM e o Curso de Instrutor Militar de Krav Maga Nível 1. O curso de Polícia do Exército que habilita os oficiais a serem Comandantes de Pelotão de Polícia do Exército, não contempla o módulo de CCC
3	1º Curso de Instrutor Militar de Krav Maga
4	Nada a referir
5	“O antigo curso de Combate Corpo a Corpo e Esgrima”
6	O curso de Instrutor de Educação Física Militar assim como várias outras formações externas em artes marciais

Apêndice F – Síntese das respostas relativas à pergunta nº3

Pergunta nº3 – Retirou ferramentas e/ou mais valias dessas mesmas formações para implementar no treino e/ou formação da sua Unidade?	
1	“Da habilitação externa sim, da interna não tanto”
2	“Sim, através do Curso de Instrutor Militar de Krav Maga” (...) “estamos a lecionar a parte de CCC presente nos vários cursos de acordo com as técnicas e princípios adquiridos nesse curso”
3	“no combate feito dos 3 aos 0 metros de distância da ameaça entra o Corpo a Corpo” (...)” a partir dos 3 metros realizamos muitos <i>drills</i> e tentamos ver em que situações o Krav Maga é proveitoso” “os cursos de Comandos sempre tiveram CQB e nesta vertente, na área do CCC usamos o Krav Maga”
4	Nada a referir
5	Não, estas formações estão desatualizadas ou não se aplicam
6	Principalmente das formações externas realizadas, não tanto das internas

Apêndice G – Síntese das respostas relativas à pergunta nº4

Pergunta nº4 – Quais são as formações /atividades levadas a cabo para a formação em CCC na sua Unidade?	
1	“Na ESE é ministrado um programa de formação de CCC aos alunos destinados ao QP composto de 16 tempos de formação. Os instruídos do CFS RV/RC não dispõem ainda de formação na área de CCC”
2	A especialidade de Polícia do Exército e o curso de Proteção Pessoal
3	“O Curso de Comandos e o Curso de Instrutor de Krav Maga.”
4	Não há formações ou atividades levadas a cabo pela Escola dos Serviços na área do CCC.
5	“o CCC é desenvolvido enquadrado no TFAM, através de 3 modalidades diferentes: o Judo, o Boxe e o CCC. O Judo é lecionado no 2º ano, o CCC no 3º ano e o Boxe no 4º ano.”

- 6 Na EA é lecionado o Curso de Instrutor de Educação Física Militar, o módulo do CCC na especialidade de Polícia do Exército aqui ministrada e quando existe cabimento no horário aos CFS QP de Infantaria e Cavalaria.

Apêndice H – Síntese das respostas relativas à pergunta nº5

Pergunta nº5 – Qual a estrutura dessas mesmas formações? Quais são os documentos orientadores usados durante as mesmas?

- 1 “Após a última reestruturação do CFS QP houve uma redução na carga horária (de 20h para 16h)”. O programa usado é baseado no programa de formação básica de CCC, mas alargado, o programa básico contempla apenas 9 horas.
“No que toca aos documentos orientadores a base é ainda o Manual de Combate Corpo a Corpo de Nível 1 aprovado em 2013 (do qual fui autor). Porém, por já ter passado um período considerável, há aspetos que já não são praticados exatamente da forma como se encontram no manual. Os documentos que apoiam a formação na ESE ainda estão em fase de finalização (necessitam revisão final, aprovação e promulgação).”
- 2 Em qualquer um dos cursos ministrados na Unidade não existe uma estrutura para a formação em CCC presente no referencial. “Por isto mesmo surgiu a necessidade de nomear alguém para ir tirar o Curso de Instrutor Militar de Krav Maga”. O CCC é inerente às missões da Polícia do Exército, as noções do mesmo têm de estar presentes e são uma necessidade no dia-a-dia. Neste momento é intenção que a parte da Defesa Pessoal no Curso de Defesa Pessoal e na especialidade de Polícia do Exército a nível estrutural e técnico seja de acordo com os conhecimentos adquiridos no curso de Instrutor Militar de Krav Maga. Anteriormente esta parte da formação era dada por militares cujos conhecimentos originavam de formações externas à instituição.
“A nível de carga horária são 4 horas semanais, 2 sessões de 2 horas. O curso da especialidade de Polícia do Exército são 240 tempos letivos no total.”
- 3 No Curso de Instrutor de Krav Maga começa-se por movimentos mais básicos procurando-se acostumar os formandos à estrutura de uma sessão. Na segunda semana é introduzido o bastão, a faca e defesas contra um adversário a usar uma espingarda. Na terceira semana pratica-se no exterior, com o equipamento completo para introduzir realismo. Na quarta semana os formandos são avaliados a dar aulas uns aos outros e através da execução de pistas. O treino é sempre realizado com o formando isolado, não se treinando ainda a resolução de situações em equipa.
“No curso de Comandos os instruendos têm sessões de Krav Maga, 16 ao todo, duas por semana”
- 4 Nada a referir
- 5 O Judo, Boxe e CCC são praticados pelos cadetes dos anos respetivos uma hora por semana, praticando-se cada uma destas modalidades entre 31 e 33 horas no total. No Judo e no Boxe são seguidas as estruturas delineadas pelos mestres civis que as ministram, evoluindo a complexidade ao longo do ano, chegando a fazer-se um torneio de boxe no final do ano. “No caso do CCC, este está entregue ao RCmds e ao Krav Maga militar que ensinam. Utilizam os princípios que já desenvolveram através de todo o seu treino e experiência e ensinam algumas bases aos cadetes. Um aspeto particular é o de que procuram adaptar o ensino do Krav Maga às missões futuras, adaptando as técnicas para os alunos da GNR.
- 6 Relativamente à especialidade de Polícia do Exército, os formandos dos CFO/CFS RV/RC têm o módulo de Defesa Pessoal que é ministrado e avaliado aqui na EA. Para estas formações a estrutura é exatamente igual à do módulo de CCC do CIEFM, mas apenas adaptamos as técnicas de modo a ministrar técnica policial. Isto difere principalmente na finalização das técnicas, sendo que para a PE existe uma preocupação em imobilizar o adversário ao contrário de o matar como normalmente é ensinado.
Relativamente ao Curso de Instrutor de Educação Física Militar, é ministrado um módulo de CCC, onde à semelhança da especialidade de Polícia do Exército, o Manual de Combate Corpo a Corpo já foi usado como uma base, tendo sido feitas muitas alterações, adquirida tanto ao ministrar o curso como de forma externa à instituição. Este módulo dura duas semanas. A estrutura usada no CIEFM é a estrutura proposta pelo SCh Nunes e contempla 9 sessões diferentes com 3 partes distintas. No final fazem-se circuitos práticos como uma forma de validação de conhecimentos e capacidades.

Apêndice I – Síntese das respostas relativas à pergunta nº6

Pergunta nº6 – Existe um treino contínuo praticado na Unidade para além das formações ministradas? Se sim, qual a estrutura da mesma ou o referencial que segue?

- 1 “Não existe treino contínuo. O CCC apenas é ministrado aos alunos do CFS QP durante a sua permanência. “
- 2 “Infelizmente é para nós difícil dar continuidade, não digo na formação de Defesa Pessoal, mas no treino de Defesa Pessoal. As ferramentas que damos e que os nossos instruendos adquirem ao longo das sessões de Defesa Pessoal têm de ser treinadas de modo a ser ganha uma memória muscular, para, na eventualidade de estas técnicas serem utilizadas saírem quase sem o militar pensar.”
Isto é causado pelo grande número de constantes empenhamentos que os militares deste regimento têm,

	principalmente as praças, existindo uma falha no treino na Polícia do Exército. “Não por falta de vontade dos instrutores, mas sim por uma falta de efetivo de praças que acabam sobrecarregados por serviços e sem tempo para este tipo de treino.”
3	Sim, após o Curso de Instrutor de Krav Maga quem fica no RCmds continua o seu treino. No batalhão operacional existe um dia de luta e um dia de Krav Maga por semana. “Na unidade temos um gabinete que está responsável apenas pelo treino físico e, mais recentemente pelo Krav Maga também. Isto liberta-nos, pois naquela hora os meus militares estão entregues a este gabinete para realizarem o seu treino.”
4	“Não, na área do treino físico é usado o REFE como referencial de formação para os vários cursos que são lecionados aqui, e não damos matéria nenhuma de Corpo a Corpo”
5	Não se aplica
6	Não, na EA apenas ministramos as formações anteriormente referidas e não existe uma prática de treino contínuo, embora já tenham sido realizados esforços para tal no passado.

Apêndice J – Síntese das respostas relativas à pergunta nº7

Pergunta nº7 – Na sua opinião os militares da sua Unidade encontram-se aptos a usar o CCC em combate ou no desempenho das suas funções para neutralizar uma ameaça se necessário?	
1	“Os militares da minha Un não estão aptos. Os alunos do QP estão um pouco mais preparados, mas não completamente aptos. “
2	Na generalidade não, pois não existe uma continuidade após conclusão dos cursos ou especialidades, “eu acredito que numa situação real em que terão de enfrentar uma ameaça e que precisem de utilizar as técnicas aprendidas não reagirão da melhor forma”.
3	Apenas uma percentagem reduzida estaria. Os graduados sem dúvida que estão prontos, os praças é que já nem todos. “Isto porque estão 2 ou 3 anos no Regimento, começam a atingir o seu auge no treino, seja no tiro, treino físico e Corpo a Corpo, com algumas missões, com experiência, e depois acaba-se o contrato e vão para outras forças, não passam os conhecimentos ao próximo.” O CCC exige muito treino e repetição, um aspeto que também faz retroceder o treino e forma dos militares é o de que os militares não ficam para sempre nos batalhões operacionais, saindo após um tempo e perdendo intensidade e frequência de treino”
4	Nada a referir
5	Uma pequena proporção deles apenas. “No entanto, em todos eles foram criadas bases técnicas para que futuramente haja uma maior facilidade quando prosseguirem a formação em CCC, sendo mais produtiva neste aspeto a formação lecionada.”
6	Na sua maioria não. São criadas algumas bases para que se trabalhe, mas o CCC requer treino contínuo durante um grande período e a o lecionado nas várias formações nunca seria o suficiente, necessitando os militares de mais formação na área.

Apêndice K – Síntese das respostas relativas à pergunta nº8

Pergunta nº8 – Na sua opinião quais as principais lacunas da formação em CCC ministrada?	
1	Uma falta de tempo para consolidação de competências, limitação essa verificada sempre em cursos de formação. “A verdadeira proficiência só se obtém (e mantém) pela prática continuada. A falta de prática continuada posterior à formação inicial é a verdadeira lacuna”
2	“A falta de tempo dedicado ao treino contínuo causada pela falta de efetivo e ao empenhamento excessivo dos nossos homens e a grande necessidade de um manual de CCC mais atualizado.” Outra lacuna identificada é a falta de sessões de CCC numa fase inicial da formação nos CFGCPE, de modo a que os militares não comecem a formação do zero ao chegar às suas unidades de colocação.
3	Muitas das vezes após conclusão do curso de Instrutor de Krav Maga os militares recebem o diploma e não chegam a aproveitar verdadeiramente os conhecimentos aprendidos. Este é um aspeto crucial para os militares que vêm de fora, e acontece por não terem nas suas Unidades as condições para o fazerem.
4	Nada a referir
5	“A principal lacuna que identifico é relativamente aos alunos da GNR que a sua formação devia ser mais diferenciada de acordo com as suas funções futuras e deviam ter um maior número de horas de formação e treino alocadas ao CCC e desportos de contacto devido à natureza das suas funções futuras”
6	Uma grande lacuna que identifico é a falta de CCC na formação inicial no Exército. Isto está previsto no Manual de CCC para o Nível IB, mas na realidade não existe formação em CCC no CFGCPE nem na formação inicial dos CFO/CFS RV/RC. Mesmo para os CFS QP as horas de formação despendidas na área são poucas e não há uma continuidade, sendo necessárias mais. Não podemos é esquecer que mesmo que houvesse tempo na formação inicial para o CCC, tem de também haver formadores. Neste momento existem poucos formadores nesta área e

mesmo havendo formandos seria necessário muitos mais formadores nesta área do que há agora.

Apêndice L – Síntese das respostas relativas à pergunta n^o9

Pergunta n^o9 – Tendo identificado estas lacunas na formação e treino em CCC, na sua opinião, como podem estas lacunas ser mitigadas?

1	“Introduzir formação contínua de CCC nas unidades (especialmente nas de cariz operacional).”
2	Através de uma atualização do Manual de CCC. Uma revisão das matérias a ser abordadas nos CFGCPE para que pudessem ser retiradas ou reduzidas em carga horária as matérias mais desatualizadas, dando tempo ao CCC. Relativamente à falta de treino contínuo, não é possível identificar tão facilmente uma solução, dado que as causas aqui presentes são mais profundas, “para resolver esta situação seria preciso que de forma geral houvesse uma menor sobrecarga a nível de empenhamentos, principalmente na classe de praças”
3	“Uma solução seriam os quadros permanentes para praças, que traria uma maior estabilidade e retorno a todos os níveis da formação e do treino.”
4	Nada a referir
5	“Uma maior diferenciação da formação entre os alunos da GNR e Exército e um aumentar gradual do número de horas de CCC ao longo dos anos até chegar ao 4 ^o ano.”
6	Uma solução poderia ser o Curso de Instrutor de Combate Corpo a Corpo. Esta é uma proposta que consistia em, fora do CIEFM haver um curso que preparasse formadores para formação em CCC, à semelhança do antigo curso de Instrutor de CCC e Esgrima, mas apenas para o CCC. Existem documentos, horários, referenciais já feitos para este curso e foi feita uma proposta pelo SCh Nunes, mas nunca chegou a ir para a frente. Seria também proveitoso a todos os níveis incluir o CCC na formação inicial de todas as classes. Mesmo a nível atrativo e de retenção dos praças, um tema muito em voga atualmente.

Apêndice M – Tabela resumo relativo a publicações em produção

Publicações em produção para a formação em CCC	
Publicações:	Formação Básica:
<ul style="list-style-type: none">• Estabelecem normas, procedimentos e diretrizes.• Base para CIEFM (graus 1 e 2).• Formato não definitivo ainda (PTE)	<ul style="list-style-type: none">• Para todos os militares do Exército.• Integrada na IC• 9 sessões, 3 blocos.• Combate desarmado e armado.
Avaliação:	Formação Complementar:
<ul style="list-style-type: none">• Pistas e circuitos para avaliação.• Procedimentos definidos.• Pistas modelo propostas.	<ul style="list-style-type: none">• Consolidação de competências.• Exercícios e técnicas adicionais.• Flexibilidade na estrutura.

ANEXOS

Anexo A – Mobilização Articular

Tempo	Exercício	Descrição	Observações
MOBILIZAÇÃO ARTICULAR			
2' a 3'	Mobilização Articular	Normalmente executado através de movimentos circulares das articulações	Todas as articulações devem ser trabalhadas ordenadamente de cima para baixo ou vice-versa (cabeça, membros superiores, tronco, membros inferiores), sendo que a intensidade e amplitude dos movimentos devem ser aumentados gradualmente. As articulações que serão mais utilizadas na sessão (seja ela de lazer/ treino ou competição) e as de maior probabilidade de lesão deverão ser mais estimuladas/trabalhadas.

Fonte: Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1

Anexo B – Aquecimento Geral

Tempo	Exercício	Descrição	Observações	
AQUECIMENTO GERAL				
5' a 10'	Marcha; marcha na ponta dos pés; marcha sob os calcanhares		Deve ser contínua e de baixa intensidade, aumentando gradualmente.	
	Corrida; corrida com elevação dos joelhos à frente; corrida com elevação dos calcanhares à retaguarda		Deve ser contínua e de baixa intensidade, aumentando gradualmente.	
	Combinação de habilidades	Passagem progressiva de <i>skipping</i> baixo para <i>skipping</i> alto; <i>skipping</i> alto só com uma perna; <i>skipping</i> alto alternado; <i>skipping</i> baixo, alto ou calcanhar atrás (10m rápido-10m lento-10m rápido; <i>skipping</i> baixo rápido – calcanhar atrás lento – <i>skipping</i> alto rápido; passagem de <i>skipping</i> alto para corrida		Esta combinação de habilidades irá permitir a continuação do aquecimento, aumentando ao mesmo tempo os níveis de concentração, trabalhando capacidades de coordenação.
		Correr e saltar; saltar e girar		
	Jogos e atividades coletivas (A utilização de jogos no aquecimento aumenta a motivação e, conseqüentemente, o empenho e a predisposição para o treino)	Estafetas - variar a forma de realização das estafetas com o objetivo de aumentar a motivação e trabalhar vários grupos musculares		
		"Empurrar ao pé coxinho" - Empurrar o parceiro até uma linha previamente marcada no solo ou tentar desequilibrá-lo		Desenvolvimento da força dos membros inferiores, coordenação e sentido cinético (equilíbrio).
		"Tração e equilíbrio" - Por movimentos de tração, tentam desequilibrar o parceiro		Desenvolvimento das qualidades de força e combatividade.
"Luta de gato" -tentar desequilibrar o parceiro tocando-lhe nos braços			Desenvolvimento da força dos membros superiores, da coordenação e da combatividade	

Fonte: Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1

Anexo C – Aquecimento Específico Geral

Tempo	Exercício	Descrição	Observações
AQUECIMENTO ESPECIFICO GERAL			
10' a 15'	Jogos de desequilíbrio	Atividades que combinam o puxar e empurrar	
	Combinação de habilidades específicas	A partir das movimentações específicas da modalidade realizar vários tipos de rolamentos; vários tipos de queda	

Fonte: Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1

Anexo D – Aquecimento Localizado e Específico do Trem Superior

Tempo	Exercício	Descrição	Observações
AQUECIMENTO LOCALIZADO E ESPECIFICO DO TREM SUPERIOR			
	Movimentação articular específica	Realização de vários tipos de movimentação ao nível do trem superior (ombros; cotovelos; pulsos; dedos)	Para realizar um aquecimento localizado do trem superior podem ser realizados os seguintes exercícios: movimentação articular (caso ainda não tenha sido realizada ou o atleta sinta essa necessidade), flexões de braços, apoio facial invertido, "carrinho de mão", e essencialmente execução de técnicas que serão realizadas na parte fundamental do treino, mas de baixa intensidade.
	"Carrinho de mão"	2 a 2 os atletas realização pequenos percursos, trocando os pares e a posição	
	Apoio facial invertido	Individualmente ou a pares realizar apoio facial invertido e apoio facial invertido com 3 apoios	
	Saltar ao eixo	Realizar saltos consecutivos sobre os colegas	
	"Rolamento sobre o colega"	2 a 2 os atletas executam o rolamento um sobre o outro na posição de pé	
	Técnicas que utilizem essencialmente os membros superiores	Realização de técnicas que serão executadas no treino/competição ou lazer, que utilizem essencialmente o trem superior, com nível de intensidade baixa	

Fonte: Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1

Anexo E – Aquecimento Localizado e Específico do Trem Inferior

Tempo	Exercício	Descrição	Observações
AQUECIMENTO LOCALIZADO E ESPECIFICO DO TREM INFERIOR			
	Movimentação articular específica	Realização de vários tipos de movimentação ao nível do trem inferior (joelhos; tornozelo; dedos)	Para realizar um aquecimento localizado do trem inferior podem ser realizados os seguintes exercícios: movimentação articular (caso ainda não tenha sido realizada ou o atleta sinta essa necessidade), alguns exercícios de força de baixa intensidade como por exemplo agachamentos/flexão alternada de pernas/saltos/etc., técnicas que serão executadas na parte fundamental do treino mas de muito baixa intensidade
	Afundos	Execução de afundos, de preferência em movimento	
	Saltos	Realização de treino pliométrico. Realização de vários tipos de saltos	
	Técnicas que utilizem essencialmente o trem inferior	Realização de técnicas que serão executadas no treino/competição ou lazer, que utilizem essencialmente o trem inferior com nível de intensidade baixa.	

Fonte: Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1

Anexo F – Alongamentos

Tempo	Exercício	Descrição	Observações
ALONGAMENTOS			
2' a 5'	Alongamentos dos principais grupos musculares utilizados	Devem ser realizados com grupos musculares ainda quentes, mantendo a posição de alongamento entre 15" a 30"	No fim do aquecimento devem ser realizados alongamentos de baixa intensidade. Certos atletas têm necessidade de alongar após o aquecimento enquanto outros não se sentem bem com o alongamento antes do exercício físico mais intenso. Quanto a esta matéria deve ser dada a possibilidade dos atletas fazerem o que sentem mais necessidade, tanto a nível de intensidade como de grupos musculares mais necessitados.

Fonte: Manual de Combate Corpo a Corpo Nível 1

Anexo G – Art. 78º do Estatuto dos Militares das Forças Armadas

Artigo 78.º - Organização

1 - O ensino e a formação nas Forças Armadas concretizam-se em ciclos de estudos e cursos, ministrados sob a responsabilidade de um organismo militar ou civil reconhecidos para o efeito, revestindo as seguintes tipologias:

- a) Ciclos de estudos e cursos de formação inicial, que habilitam ao ingresso nas diferentes categorias e classe, arma, serviço ou especialidade;
- b) Outros ciclos de estudos de nível superior, conferentes ou não de grau académico, que habilitam os militares com conhecimentos complementares;
- c) Cursos de promoção, destinados a habilitar o militar com os conhecimentos técnico-militares necessários ao desempenho de cargos e exercício de funções de nível e responsabilidade mais elevados, sendo condição especial de acesso ao posto imediato e de avaliação obrigatória;
- d) Cursos de especialização, que visam conferir, desenvolver ou aprofundar conhecimentos e aptidões profissionais numa técnica ou área do saber, necessários ao exercício de determinadas funções específicas para as quais são requeridos conhecimentos suplementares ou aptidões próprias;
- e) Cursos de atualização, que visam a adaptação do militar à evolução técnica, permitindo o acompanhamento do progresso do conhecimento;
- f) Cursos de aperfeiçoamento, que se destinam a melhorar competências e conhecimentos técnico-militares específicos, em complemento de formação anteriormente adquirida;
- g) Cursos de valorização, que não se enquadram em nenhuma das definições anteriores, mas que se destinam, também, ao desenvolvimento das competências transversais dos militares com benefícios para o desempenho das suas funções, conferindo habilitação académica, técnica ou profissional.

2 - O ensino e a formação nas Forças Armadas concretizam-se, ainda, através de tirocínios e estágios, que são uma componente do processo formativo e que visam ministrar a militares admitidos por concurso a preparação militar e os conhecimentos técnico-profissionais necessários ao exercício das funções próprias da categoria e da classe, arma, serviço ou especialidade a que se destinam, podendo ter carácter probatório e duração variável, consoante a sua finalidade.

3 - Para além do ensino e da formação, a preparação dos militares faz-se através do treino operacional e técnico, que consiste num conjunto de atividades dos militares, integrados ou não em forças, focado no cumprimento da missão, que se destina a manter, complementar e aperfeiçoar as suas competências militares e a garantir a eficiência e eficácia de atuação em condições tão próximas quanto possível do contexto real.

Fonte: Estatuto dos Militares das Forças Armadas

Anexo H – Competências Transversais para o Curso de Instrutor Militar de Krav Maga

1. Autocontrolo – Capacidade para controlar as emoções em situações de stress.

Indicadores comportamentais:

- Mantém-se calmo perante situações adversas conseguindo encontrar alternativas para resolver as situações ou minimizar os impactos negativos;
- Capaz de trabalhar sob pressão, condições climatéricas adversas ou logísticas e manter um elevado desempenho;
- Capaz de trabalhar sob pressão, mantendo o seu desempenho a níveis elevados.

2. Sentido Responsabilidade – Realiza as suas funções de forma diligente e responsável, respeitando o cumprimento de ordens, regulamentos e equipamentos sob a sua responsabilidade.

Indicadores comportamentais:

- Cumpre as regras e regulamentos relativos ao funcionamento do serviço;
- Cumpre as regras de segurança e assegura que todos os elementos à sua responsabilidade cumprem as mesmas;
- Zela pela segurança, limpeza e bom estado do pessoal, instalações, armamento, viaturas e de todo o equipamento à sua guarda.

3. Comunicação – Expressa-se verbalmente, por escrito e através de sinais visuais com clareza e precisão.

Indicadores comportamentais:

- Transmite a informação de forma clara e objetiva aos seus chefes e subordinados;
- Demonstra confiança na transmissão da mensagem;
- Elabora a documentação sob a sua responsabilidade de forma clara e eficaz.

4. Resolução de problemas – Identifica problemas e realiza análises para obter melhores soluções respondendo rapidamente aos novos desafios.

Indicadores comportamentais:

- Resolve os problemas imprevistos atuando eficientemente;
- Contribui com soluções alternativas para a resolução dos problemas;
- Informa os respetivos chefes/comandantes dos problemas identificados.

5. Flexibilidade – Capacidade para se adaptar eficazmente a diferentes contextos (clima, situação tática, terreno, condições de visibilidade) em permanente mudança e a novos desafios, ajustando o seu comportamento com eficácia, consoante as necessidades das situações.

Indicadores comportamentais:

- Demonstra flexibilidade, ajusta o seu comportamento a novas realidades, a novas normas e procedimentos;
- Adapta-se com facilidade a situações de mudança superiormente impostas sem alteração do seu desempenho;
- Adapta os seus conhecimentos técnicos de forma eficiente a diferentes tipos de terreno, clima, situação tática e condições de visibilidade.

6. Trabalho em equipa – Colabora com a equipa de trabalho tendo um papel ativo na coordenação das tarefas dos restantes elementos da equipa.

Indicadores comportamentais:

- Partilha informações e conhecimentos com a sua equipa de trabalho;
- Tem um papel ativo e cooperante com os elementos da guarnição podendo ser, por vezes, o seu dinamizador;
- Trabalha de forma proactiva para cumprir a missão atribuída.

7. Conhecimentos Técnicos – Capacidade para aplicar, de forma adequada, os conhecimentos e as informações técnicas essenciais ao desempenho da função.

Indicadores comportamentais:

- Domina os conhecimentos técnicos e táticos inerentes à sua função adequando-os corretamente às solicitações requeridas;
- Aplica adequadamente conhecimentos práticos necessários às exigências da função;
- Utiliza os materiais, instrumentos e equipamentos de forma apropriada e responsável.

8. Adaptabilidade – Ajusta-se eficazmente a diferentes contextos (clima, situação tática, terreno, condições de visibilidade) em permanente mudança e a novos desafios, adaptando o seu comportamento consoante as necessidades das situações sem que tal interfira com os índices de produtividade.

Indicadores comportamentais:

- Reage de forma positiva a acontecimentos imprevistos mantendo um desempenho ajustado;
- Cooperar com as alterações ou prioridades superiormente definidas, a situações de mudança superiormente impostas sem alteração do seu desempenho;
- Ajusta o seu comportamento a novas realidades, a novas normas e procedimentos (flexibilidade).

5. Flexibilidade – Capacidade para se adaptar eficazmente a diferentes contextos (clima, situação tática, terreno, condições de visibilidade) em permanente mudança e a novos desafios, ajustando o seu comportamento com eficácia, consoante as necessidades das situações.

Indicadores comportamentais:

- Demonstra flexibilidade, ajusta o seu comportamento a novas realidades, a novas normas e procedimentos;
- Adapta-se com facilidade a situações de mudança superiormente impostas sem alteração do seu desempenho;
- Adapta os seus conhecimentos técnicos de forma eficiente a diferentes tipos de terreno, clima, situação tática e condições de visibilidade.

6. Trabalho em equipa – Colabora com a equipa de trabalho tendo um papel ativo na coordenação das tarefas dos restantes elementos da equipa.

Indicadores comportamentais:

- Partilha informações e conhecimentos com a sua equipa de trabalho;
- Tem um papel ativo e cooperante com os elementos da guarnição podendo ser, por vezes, o seu dinamizador;
- Trabalha de forma proactiva para cumprir a missão atribuída.

7. Conhecimentos Técnicos – Capacidade para aplicar, de forma adequada, os conhecimentos e as informações técnicas essenciais ao desempenho da função.

Indicadores comportamentais:

- Domina os conhecimentos técnicos e táticos inerentes à sua função adequando-os corretamente às solicitações requeridas;
- Aplica adequadamente conhecimentos práticos necessários às exigências da função;
- Utiliza os materiais, instrumentos e equipamentos de forma apropriada e responsável.

8. Adaptabilidade – Ajusta-se eficazmente a diferentes contextos (clima, situação tática, terreno, condições de visibilidade) em permanente mudança e a novos desafios, adaptando o seu comportamento consoante as necessidades das situações sem que tal interfira com os índices de produtividade.

Indicadores comportamentais:

Fonte: Referencial de Curso Instrutor Militar de Krav Maga Nível 1

Anexo I – Competências Específicas

COMPETÊNCIAS ESPECÍFICAS

Diagrama Escal

CÓDIGO DO CARGO/PROFISSIONAL:		CIMKM – N1	
DESIGNAÇÃO DO CARGO/PROFISSIONAL		Instrutor Militar de Krav Maga	
ATIVIDADE		TAREFA	
A	Explicar a Movimentação /Guarda /Quedas e rolamentos	1	Sair de uma guarda neutra para uma guarda de combate.
		2	Movimentar em posição 3/4 de combate.
		3	Sair da posição neutra para uma posição de proteção no solo.
		4	Executar Rolamentos.
B	Realizar movimentos ofensivos de punho e pernas	1	Adotar posição neutra.
		2	Executar direto, gancho e <i>uppercut</i>
		3	Adotar a posição de guarda de combate (a 3/4).
		4	Realizar joelhada.
		5	Efetuar pontapé
		6	Executar combinação entre movimentos de punhos e pernas.
C	Defender de mãos nuas	1	Defender em posição neutra.
		2	Defender a 360° nas diversas linhas de ataque.
		3	Defender de ataques diretos
		4	Defender contra múltiplas ameaças
		5	Defender em posição de ¾.
		6	Defender de pontapés nas diversas linhas de ataque
		7	Defender de estrangulamento e agarres nas diversas linhas de ataque
		8	Defender e contra-atacar.
D		1	Executar estocada.
	Executar movimentos ofensivos com arma de cano curto	2	Executar cutilada.
E	Executar movimentos ofensivos e defensivos utilizando a arma de cano longo.	1	Adotar a posição de ¾.
		2	Defender a 360° nas varias linhas de ataque
		3	Defender de agarres em variados pontos.
		4	Atacar de estocada, coronhada e cutilada.
		5	Defender e contra-atacar
F	Trabalhar no Solo	1	Movimentar no solo.
		2	Sair do solo.
		3	Realizar movimentos ofensivos de pernas.
		4	Defender de agressor.
		5	Defender contra o agressor.
		6	Executar combinações no solo

Fonte: Referencial de Curso Instrutor Militar de Krav Maga Nível 1

Anexo J – Estrutura Modular do Curso

Áreas Curriculares de Formação	Módulo / UFCD		Tempos de Formação (H)					
	Código	Designação	Diurno		Noturno		NP	Total
			T	P	T	P		
A – Formação Técnica	A.1	Metodologia de Treino de Krav Maga	3	16			2	21
	A.2	Combate a Mãos Nuas		71		6		77
	A.3	Combate corpo a corpo com armas de cano longo		24		3		27
	A.4	Combate corpo a corpo com armas de cano curto		6		1		7
B – Avaliação	B.1	Provas de Avaliação		15				15
C – Diversos	C.1	À Disposição do Comando		9				9
Total			3	141		10	2	156

Fonte: Referencial de Curso Instrutor Militar de Krav Maga Nível 1

Anexo K – Tempos de formação em EFM do CFO/CFS RV/RC

	Tempos de Formação (H)					
	Diurno		Noturno		NP	Total
	T	P	T	P		
A.5.1.1 Conhecer as noções básicas de EFM	1					
A.5.1.2 Conhecer os Métodos de Treino Físico	1					
A.5.1.3 Conhecer os Métodos de Treino Físico Geral	2					
A.5.1.4 Conhecer os Métodos de Treino Físico de Aplicação Militar	2					
A.5.1.5 Executar a Prática Pedagógica - GAM		6				
A.5.1.6 Executar a Prática Pedagógica – Ginástica de Base 1		6				
A.5.1.7 Executar a Prática Pedagógica – Ginástica de Base 2		6				
A.5.1.8 Executar a Prática Pedagógica – Treino em Circuito		6				
A.5.2.1 Executar uma Corrida Contínua		4				
A.5.2.2 Executar a Pista de 200m		4				
A.5.2.3 Realizar o Controlo 2		3				
Total	6	35				41

Fonte: Referencial de Curso de Formação de Oficiais em Regime de Voluntariado e Contrato (CFO RV/RC)

Anexo L – Unidades de Competência do CIEFM

Mapeamento de Unidades de Competência.

N.º	Designação da UC	Carga Horária	Pontos de Crédito	Código UC (Exército)	Código UC (CNQ)
01	Aplicar os Fundamentos Teóricos do Treino Físico	50	4,5		
02	Analisar o Regulamento de Educação Física do Exército	50	4,5		
03	Analisar os regulamentos dos Campeonatos Desportivos Militares	50	4,5		
04	Aplicar os fundamentos do Combate corpo-a-corpo	50	4,5		
05	Aplicar os fundamentos da Orientação e Navegação	25	2,25		
06	Aplicar os fundamentos da Ambientação ao Meio Aquático (AMA)	25	2,25		
07	Prestar os Primeiros Socorros	25	2,25		
08	Aplicar os fundamentos da corrida	25	2,25		
09	Realizar as Técnicas de Transposição	25	2,25		
10	Analisar o Sistema de Aprontamento das Forças do Exército (SAFE)	25	2,25		

Fonte: Referencial de Curso Instrutor Educação Física Militar – Grau 1

Anexo M – Especificação da formação do CIEFM

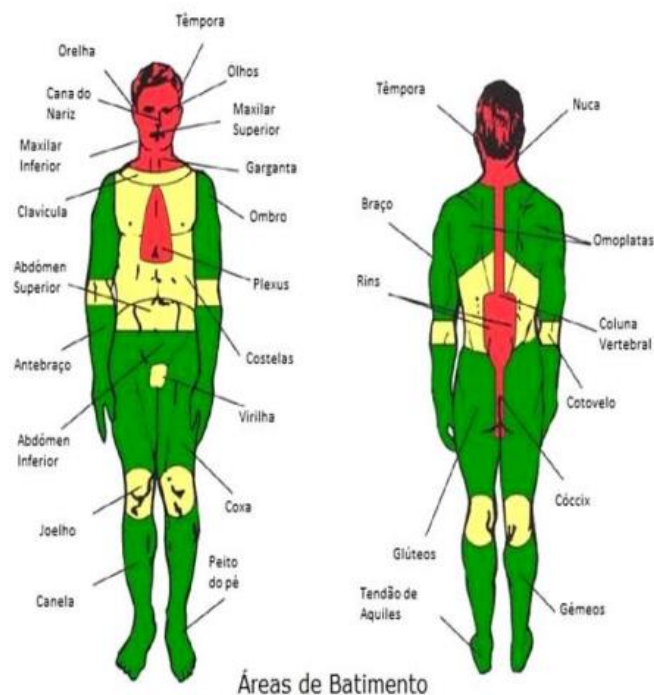
CONTEÚDOS	MÉTODO	TFD	TFN	EAD	EXC	REFERÊNCIAS
OA1. Adquirir competências básicas para o combate corpo-a-corpo desarmado						
OE1.1. Aplicar os fundamentos de Movimento e Proteção	Demonstrativo	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo Cap. 3 – 3.1-3.4; Cap. 4 – 401 - 404 Cap.5 – 501 - 506
1.1.1. Proteção (cobertura);						
1.1.2. Movimento;						
1.1.3. Movimento confinado; 1.1.4. Três em linha.						
OE1.2. Usar Armas naturais						

1.2.1. Direto mão aberta; 1.2.2. Martelo; 1.2.3. Cotovelos; 1.2.4. Joelhos; 1.2.5. Pontapé Frontal.	Ativo\ Demonstrativo	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo Cap. 3 – 3.1-3.4; Cap4 – 405-409
OE1.3. Realizar Ataques no solo						
1.3.1. Pontapés a partir do solo; 1.3.2. Levantar ou cair; 1.3.3. Proteger-se no solo; 1.3.4. Rodar; 1.3.5. Atacar no solo.	Ativo\ Demonstrativo	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo Cap. 3 – 3.1-3.4; Cap.4 – 401-409; Cap.6 – 601-603
OE1.4. Realizar ataque e contra-ataque						
1.4.1. Distância longa; 1.4.2. Distância intermédia; 1.4.3. Distância curta; 1.4.4. Distância muito curta.	Ativo\ Demonstrativo	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo Cap. 3 – 3.1-3.4; Cap.5 – 501-506
OE1.5. Realizar Prática Pedagógica						
1.5.1. Preparação de sessões de Combate corpo a corpo, pelos formandos, cujo conteúdo seja o ministrado no OA1.	Ativo	8		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo
OA2. Adquirir competências básicas de suporte para o combate						
OE2.1. Garantir Liberdade de ação						
2.1.1. Barreira falhada; 2.1.2. "Outside 90"; 2.1.3. "Underhook" e "Overhook"; 2.1.4. Impedir o agarre x3; 2.1.5. Impedir o agarre; 2.1.6. Passar ao ataque.	Ativo\ Demonstrativo	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo Cap. 3 – 3.1-3.4; Cap.5 – 501-506; Cap6. – 601
OE2.2. Realizar ataques Contundentes, cortantes e perforantes						
2.2.1. Bloqueio básico (ou elementar); 2.2.2. Bloqueio alto; 2.2.3. Bloqueio baixo; 2.2.4. Armas contundentes; 2.2.5. Ataque aleatório.	Ativo\ Demonstrativo	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo Cap. 3 – 3.1-3.4; Cap.7 – 701; Cap8. - 802
OE2.3. Desarmar						
2.3.1. Dois pontos (de contato); 2.3.2. Desarmes de pistola; 2.3.3. Desarme de espingarda.	Ativo\ Demonstrativo	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo Cap. 3 – 3.1-3.4; Cap.7 – 703; Cap 8. - 801
OE2.4. Realizar Prática pedagógica						
2.4.1. Preparação de sessões de Combate corpo a corpo.	Ativo\ Demonstrativo	6		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo
OA3. Adquirir competências básicas para o combate corpo-a-corpo armado						
OE3.1. Realizar ataque e defesa com arma						
3.1.1. Atacar com espingarda; 3.1.2. Atacar com pistola; 3.1.3. Atacar com faca; 3.1.4. Defesa com arma; 3.1.5. Defesa e contra-ataque.	Ativo\ Demonstrativo	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo Cap. 3 – 3.1-3.4; Cap.7 – 701-703; Cap8. – 801-803.
OE3.2. Reter a arma						

3.2.1. Afastar;	Ativo\ Demonstrativo	2		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo Cap. 3 – 3.1-3.4; Cap.7 – 701-703; Cap8. – 801-803.
3.2.2. Controlar;						
3.2.3. Controlo falhado;						
3.2.4. Retenção da arma.						
OE3.3. Realizar Prática pedagógica						
3.3.1. Preparação de sessões de Combate corpo a corpo, pelos formandos, cujo conteúdo seja o ministrado no OA3.	Ativo\ Demonstrativo	4		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo
OA4. Preparar e realizar circuitos de simulação e avaliação						
OE4.1. Preparar um circuito de treino						
4.1.1. Contexto;	Expositivo\ Demonstrativo	1				PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo Cap.9/Cap.10
4.1.2. Percurso;						
4.1.3. Estações Práticas;						
4.1.4. Executantes;						
4.1.5. Agressores;						
4.1.6. Controladores;						
4.1.7. Avaliação.						
OE4.2. Realizar Prática pedagógica						
4.2.1. Preparação de circuitos de treino.	Ativo	5		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	PDE 3-28-40 Combate Corpo a Corpo
Outras Atividades						
Circuito de avaliação		6				

Fonte: Referencial de Curso Instrutor Educação Física Militar – Grau 1

Anexo N – Zonas de Batimento



Fonte: Manual de Defesa Pessoal

Anexo O – Estrutura Modular do CFGCPE

Áreas Curriculares de Formação	Módulo		Tempos de Formação (H)					
	Código	Designação	Diurno		Noturno		NP	Total
			T	P	T	P		
A - Formação Geral (Corresponde à IB)	A.1	Armamento	1	5		4		10
	A.2	Ordem Unida		50				50
	A.3	Socorrismo	5	20				25
	A.4	Ética e Deontologia Profissionais	19	1	5			25
	A.5	Informação e Segurança	6	9		4		19
	A.6	Proteção do Ambiente				2		2
	A.7	Transmissões		9				9
	A.8	Educação Física Militar 1		19				19
B - Formação Específica (Corresponde à IC 1)	B.1	Armamento e Tiro		18				18
	B.2	Técnica Individual de Combate	4	73		15		92
	B.3	Topografia	3	34		5		42
	B.4	Nuclear, Biológico, Químico e Radiológico		20				20
	B.5	Educação Física Militar 2		34				34
C - Exercícios	C.1	Exercícios finais		36		16		52
D - Avaliação	D.1	Testes de avaliação		36				36
E - Diversos	E.1	Cerimónias militares	6	25		14		45
Total			44	389	5	60	0	498
			433		65			

Fonte: Referencial do Curso de Formação Geral Comum de Praças

Anexo P – Objetivos Gerais do CFGCPE

3. OBJETIVOS GERAIS

- a. Identificar e operar o armamento individual;
- b. Executar os movimentos de Ordem Unida;
- c. Executar movimentos de ordem unida sem arma.
- d. Executar movimentos de ordem unida com arma.
- e. Participar em formaturas e cerimónias militares.
- f. Aplicar as medidas profiláticas de higiene e saúde individual;
- g. Executar os primeiros socorros a uma vítima;
- h. Assumir os princípios e valores da instituição militar;
- i. Compreender a organização do Exército e das Forças Armadas;
- j. Compreender o Serviço Interno das Unidades;
- k. Executar os procedimentos de segurança e proteção de pessoal e instalações;
- l. Identificar as normas de prevenção e combate a incêndios;
- m. Conhecer as responsabilidades na proteção do ambiente;
- n. Utilizar os equipamentos de transmissões;
- o. Obter condição física;
- p. Executar tiro com o armamento individual;
- q. Executar a Técnica Individual de Combate;
- r. Executar as técnicas de sobrevivência
- s. Navegar no terreno;
- t. Executar as técnicas para sobreviver em ambiente NBQR;
- u. Obter condição física;
- v. Participar em exercícios finais de campo;
- w. Executar provas de aptidão física;
- x. Executar testes de avaliação de aquisição de conhecimentos.

Fonte: Referencial do Curso de Formação Geral Comum de Praças

Anexo Q – Realizações para a Unidade de Competência do CCC

R1. Adquirir competências básicas para o combate corpo-a-corpo desarmado
CD1.1. Executando as técnicas de combate desarmado corretamente; CD1.2. Executando as técnicas oportunamente em situação de combate.
R2. Aplicar as competências básicas de suporte para o combate
CD2.1. Executando as técnicas de suporte para combate corretamente; CD2.2. Executando as técnicas oportunamente em situação de combate.
R3. Adquirir competências básicas para o combate corpo-a-corpo armado
CD3.1. Executando as técnicas de combate armado corretamente; CD3.2. Executando as técnicas oportunamente em situação de combate.
R4. Preparar e realizar circuitos de simulação e avaliação
CD4.1. Preparando circuitos de treino e avaliação eficientes.

Fonte: Referencial do CIEFM – Grau I

Anexo R – Conhecimentos, Aptidões e Atitudes para a Unidade de Competência do CCC

Conhecimentos
- Especializados sobre as competências básicas do combate corpo-a-corpo desarmado; - Abrangentes sobre as competências básicas do combate corpo-a-corpo armado; - Fundamentais sobre as competências básicas de suporte para o combate; - Especializados sobre formação em Combate corpo-a-corpo.
Aptidões
-Executar as técnicas básicas para o Combate Corpo-a-corpo desarmado; - Executar as técnicas básicas para o Combate Corpo-a-corpo armado; - Executar as técnicas básicas de suporte para o combate; - Ministras sessões de formação de Combate Corpo-a-corpo.
Atitudes
- Realizar as suas funções de forma diligente e responsável respeitando o cumprimento de ordens e regulamentos.

Fonte: Referencial do CIEFM – Grau I