



associação de natação de lisboa

Regulamento de Formação:

CURSO DE GRAU I

Treinador / Monitor de Natação

Odivelas

7 de dezembro de 2019 a 26 de janeiro de 2020



1. ORGANIZAÇÃO DA FORMAÇÃO

- O curso de Treinadores de Grau I / Monitor de Natação integrará duas fases: Curricular (Geral e Específica) e Estágio.
- A organização da componente geral e da componente específica é da responsabilidade da Associação de Natação de Lisboa, sob a égide da Federação Portuguesa de Natação.
- A componente de estágio é da responsabilidade da Federação Portuguesa de Natação.

2. DESTINATÁRIOS E CONDIÇÕES DE ACESSO

Podem frequentar o Curso de Grau I de Treinador / Monitor de Natação todos os candidatos que possuam:

- Idade mínima de 18 anos à data do início do Curso;
- Escolaridade mínima obrigatória como habilitação literária.

Os candidatos devem preencher as demais condições gerais definidas, bem como as condições de admissibilidade definidas:

1. Serem ou terem sido nadadores filiados na Federação Portuguesa de Natação;
2. Caso os candidatos não cumpram o exposto em **1.**, terem de uma prova de 100m Estilos e de 200m livres, com as respetivas partidas, viragens específicas, e sem evidenciarem erros técnicos graves.

As provas a realizar têm os seguintes mínimos:

- 100 Estilos – 2 minutos e 15 segundos
- 200 Livres – 4 minutos

A ANL organizará o Curso de Grau I de Treinador / Monitor de Natação, desde que obtenha o mínimo de 20 inscrições até dia 1 de dezembro de 2019.

O número de inscritos no curso não poderá ultrapassar as 60 inscrições, sendo que o limite de candidatos a realizar o curso apenas na componente específica não poderá exceder 20 inscrições.

No caso de o número de inscritos ultrapassar o limite de vagas, a seleção dos candidatos(as) será feita de acordo com os seguintes critérios:

- 1º Critério** - Praticantes desportivos integrados em Regime de Alto Rendimento ou das Seleções Nacionais (ou já ter integrado no passado);
- 2º Critério** - Encontrarem-se ao serviço de qualquer instituição ou entidade filiada na Associação numa das disciplinas da natação e serem propostos pelas referidas instituições onde estes exerçam a sua atividade;
- 3º Critério** - Terem sido praticantes federados de qualquer uma das disciplinas da Natação;

4º Critério - Apresentarem documentos comprovativos da frequência de a o de forma o de Treinadores de Nata o, realizadas pelas Associa es Territoriais ou FPN.

3. LOCAL E PERÍODO DE REALIZA O, ESTRUTURA E CARGA HORÁRIA

- **LOCAL e HORÁRIOS PREVISTOS**

O curso será realizado em Odivelas, com as sessões teóricas em auditório providenciado pela Camara Municipal de Odivelas, e as sessões práticas no Complexo da Piscina Municipal. Caso se verifiquem restri es de disponibiliza o horárias e materiais, poderão ser utilizados outros equipamentos¹.

A componente geral e específica do curso irá realizar-se preferencialmente de acordo com os seguintes per odos¹:

- ✓ A **Componente Geral** irá ocorrer entre 7 e 22 de dezembro de 2019

Sábados – 8H00  s 22H00;
Domingos – 08H00  s 22H00;

- ✓ A **Componente Específica** irá ocorrer entre 3 de janeiro e 26 de janeiro de 2020

Sextas– 13H00  s 22H00;
Sábados – 8H00  s 22H00;
Domingos – 08H00  s 22H00;

Os períodos horários apresentados são apenas indicativos quanto   mancha horária de ocupa o possível. Os horários da Componente Geral e Específica irão depender da existência de uma ou de duas turmas para a realiza o do curso. Na existência de duas turmas as aulas teóricas ocorrem em simultâneo para ambas as turmas, mas as aulas práticas têm horários separados.

- **ALTERA O DO PERÍODO DE REALIZA O**

Caso a organiza o verifique dificuldades na exequibilidade dos horários inicialmente definidos, os horários ou períodos de realiza o do curso poderão ser alterados.

4. ESTRUTURA E CARGA HORÁRIA

- **ESTRUTURA**

A estrutura do Curso de Grau I de Treinadores / Monitores de Nata o tem por base os referenciais de forma o geral e específica definidos pelo IPDJ e FPN:

¹ A divulgar em conjunto com o horário final do curso até 2 de dezembro de 2019

Componente de Formação Geral

Unidades de formação	Horas Total	Prática	Teórica	Formador
Pedagogia do Desporto	6H	-	6H	(*)
Psicologia do Desporto	4H	-	4H	(*)
Aprendizagem e Desenvolvimento motor	4H	-	4H	(*)
Funcionamento do Corpo, Nutrição e Primeiros Socorros	6H	2H	4H	(*)
Didática do Desporto	8H	-	8H	(*)
Observação e Análise das Habilidades Desportivas	4H	1H	3H	(*)
Teoria e Metodologia do Treino	6H	-	6H	(*)
Luta Contra a Dopagem	2H	-	2H	(*)
Desporto para Pessoas com Deficiência	1H	-	1H	(*)
Total	41H	3H	38H	

Componente de Formação Específica

Unidades de formação	Horas Total	Prática	Teórica	Formador
Adaptação ao Meio Aquático	12H	6H	6H	(*)
Técnica e Didática Específica <i>Natação Pura</i>	10H	5H	5H	(*)
Técnica e Didática Específica <i>Natação Artística</i>	10H	5H	5H	(*)
Técnica e Didática Específica <i>Polo Aquático</i>	10H	5H	5H	(*)
Técnica e Didática Específica <i>Saltos para a Água</i>	4H	2H	2H	(*)
Salvamento Aquático	4H	2H	2H	(*)
Total	50H	25H	25H	

(*) Os formadores pertencem à bolsa de formadores da ANL e para cada módulo serão anunciados juntamente com o horário final

Os horários da serão divulgados até 4 de dezembro de 2019

- FORMAÇÕES PARCIAIS (COMPONENTE ESPECÍFICA + ESTÁGIO OU APENAS ESTÁGIO):**

Os formandos que só realizam a componente específica, devem apresentar o certificado de reconhecimento de competência emitido pelo IPDJ ao Grau I.

Só os formandos que obtiverem aprovação na fase curricular se podem inscrever na fase de estágio, sendo que essa inscrição é efetuada diretamente na FPN.

Os formandos que apenas se inscrevem no estágio deverão fazê-lo diretamente junto da FPN.

Estágio

Os formandos(as) realizarão uma época de trabalho como treinador(a) / monitor(a) de uma Entidade de Acolhimento. A totalidade de horas consideradas no âmbito do estágio (550h) não se circunscreve apenas à intervenção durante as sessões de treino / aula envolvendo também a realização de todo o conjunto de tarefas inerente ao desempenho da função de treinador(a) / monitor(a).

Para a fase de estágio, só poderão aceder à mesma, os candidatos (as) que foram considerados aptos(as) na parte curricular.

5. INSCRIÇÕES

Candidaturas:

As candidaturas serão realizadas na ANL através do envio por email da ficha de inscrição anexa, juntamente com os documentos solicitados, e documentos que façam prova do cumprimento dos critérios definidos no ponto dois deste regulamento.

O email de envio é: formacao@anlisboa.pt

A data limite para o envio das candidaturas é o dia 1 de dezembro de 2019

A prova de avaliação prática será realizada às 10 horas de dia 3 de dezembro de 2019 nas Piscinas Municipais de Odivelas

Taxas:

Cumprindo o estipulado pela Federação Portuguesa de Natação, as taxas vigentes são:

- **Pré-Inscrição²:** 50€ a pagar no ato de candidatura sendo que 35€ são dedutíveis no valor final da inscrição, caso o aluno fique apto na avaliação prática e aceite para o curso.
- **Taxa de Inscrição para Componente geral + específica:** 275,00 €
- **Taxa de Inscrição apenas na Componente geral:** 150,00 €
- **Taxa de Inscrição apenas na Componente geral:** 150,00 €
- **Taxa de Inscrição no Estágio:** 175,00 €

O pagamento da taxa de pré-inscrição é obrigatório para consideração da candidatura.

² A taxa de pré-inscrição não é passível de devolução caso o aluno não seja aceite no curso

Os candidatos propostos por clubes inseridos nos protocolos “Portugal a Nadar” realizados com a FPN, mediante a formalização de Declaração de vínculo do candidato com a instituição proponente, beneficiarão de 25 % de desconto sobre as taxas aplicáveis às componentes geral e específica, não havendo desconto sobre o Estágio.

Fracionamento de pagamentos:

Com exceção do pagamento da taxa de pré-inscrição, o valor total a pagar poderá ser fracionado em 2 ou 3 vezes, conforme estipulado no quadro de pagamentos anexo.

Todos os pagamentos deverão ser realizados por transferência bancária devendo o comprovativo ser enviado para o email: formacao@anlisboa.pt

IBAN para realização de pagamentos: **PT50 0018 0008 0404 3773 0207 5**

6. ACTIVIDADE LECTIVA E AVALIAÇÃO DOS CURSOS

ACTIVIDADE LECTIVA

Apenas poderão dar início ao curso os candidatos que ficaram aptos na avaliação prática, que realizaram os pagamentos da taxa de pré-inscrição e de inscrição (ou 1º pagamento para quem faça pagamento fracionado).

O Curso irá realizar-se de forma presencial, sendo obrigatório 2/3 de presenças.

Qualquer formando que não cumpra o número de presenças obrigatórias terá de apresentar justificação devidamente documentada e a aceitação da mesma ficará a cargo do diretor do curso.

SISTEMAS DE AVALIAÇÃO

O sistema de avaliação na fase curricular em cada módulo é proposto pelo responsável da mesma ao Diretor, tendo por base as diretrizes e especificidades estabelecidas para cada curso nos referenciais de formação do curso, e poderá ser composto por uma ou mais das formas seguintes:

- a) Teste Escrito
- b) Trabalho Individual e/ou de Grupo
- c) Oral ou Discussão de Trabalho
- d) Outros

O modelo de avaliação por módulo será apresentado pelo respetivo formador no início da sua formação.

CLASSIFICAÇÕES

A classificação final do curso será publicada em comunicado oficial da FPN sendo cada um dos candidatos classificado como APROVADO (AP) ou NÃO APROVADO (NAP), com a indicação da respetiva classificação de 0 a 20 valores.

Para obtenção da classificação final de AP os candidatos terão de obter o resultado igual ou superior a 10 valores (escala de 0 a 20 valores) em cada um dos módulos que compõem o curso.

Os candidatos que obtenham classificações inferiores a 10 valores em 1/4 (a arredondar por excesso) das disciplinas que compõem o Curso que frequentaram, poderão ter acesso a 2ª Chamada.

A 2ª Chamada deverá ter lugar no prazo máximo de 30 dias após a saída das classificações do curso.

Os candidatos que obtiverem a classificação final de NAP em um (1) módulo não poderão ser considerados “Aprovados” no curso.

Só os formandos que obtêm aprovação na fase curricular podem inscrever-se na componente de estágio na FPN.

Os formandos selecionados para frequência no Curso de Grau I de Treinadores / Monitores de Natação deverão obter aprovação à componente de formação geral e específica.

Após conclusão da fase curricular, a ANL envia as classificações dos formandos para a FPN.

ANEXO I

Tabela de Pagamentos de taxas

Tabela para pagamentos do Curso Grau I

Nº de Prestações ->	Totalidade	Valor	2 x	Valor	3x	Valor
Componente Geral + Específica + Estágio	até dia 7 Dez 2019	415.00 €	1º até dia 7 Dez 2019	207.50 €	1º até dia 7 Dez 2019	138.33 €
			2º até dia 03 Jan 2020	207.50 €	2º até dia 21 Dez 2019	138.33 €
					3º até dia 03 Jan 2020	138.33 €
Apenas Componente Geral + Estágio	até dia 7 Dez 2019	290.00 €	1º até dia 7 Dez 2019	145.00 €		
			2º até dia 21 Dez 2019	145.00 €		
Apenas Componente Específica + Estágio	até dia 21 Dez 2019	290.00 €	1º até dia 21 Dez 2019	145.00 €		
			2º até dia 03 Jan 2020	145.00 €		

Tabela para pagamentos do Curso Grau I - Portugal a Nadar

Nº de Prestações ->	Totalidade	Valor	2 x	Valor	3x	Valor
Componente Geral + Específica + Estágio	até dia 7 Dez 2019	346.25 €	1º até dia 7 Dez 2019	173.13 €	1º até dia 7 Dez 2019	115.42 €
			2º até dia 03 Jan 2020	173.13 €	2º até dia 21 Dez 2019	115.42 €
					3º até dia 03 Jan 2020	115.42 €
Apenas Componente Geral + Estágio	até dia 7 Dez 2019	252.50 €	1º até dia 7 Dez 2019	126.25 €		
			2º até dia 21 Dez 2019	126.25 €		
Apenas Componente Específica + Estágio	até dia 21 Dez 2019	252.50 €	1º até dia 21 Dez 2019	126.25 €		
			2º até dia 03 Jan 2020	126.25 €		

NIB para realização de pagamentos: **PT50 0018 0008 0404 3773 0207 5**

ANEXO II

Lista de Formadores ANL

Formadores	Formadores dos últimos cursos
Edison Madureira	Adaptação ao Meio Aquático
Hugo Caixeiro Ricardo Lança Luís Cardoso Paulo Franco	Técnica e Didática Específica Natação Pura
Chilua Pegado Filipa Abreu	Técnica e Didática Específica Natação Sincronizada
Manuel Neves	Técnica e Didática Específica Polo Aquático
Antonio Andrade Amílcar Teixeira	Técnica e Didática Específica Saltos para a Água
António Ferreira	Salvamento Aquático
Jaime Fidalgo Filipe Coelho	Pedagogia do Desporto
Mario Cardoso	Psicologia do Desporto
Luís Cardoso	Aprendizagem e Desenvolvimento Motor
Leila Mota Ricardo Cotovio Alexandre Serrasqueiro	Funcionamento do Corpo, Nutrição e Primeiros Socorros
Jaime Fidalgo Mario Cardoso Luis Cardoso	Didática do Desporto
Luis Cardoso	Observação e Análise das Habilidades Desportivas
Alexandre Dias Miguel Dábrio	Teoria e Metodologia do Treino
Leila Mota Filipe Coelho	Luta Contra a Dopagem
Carlos Mota David Grachat Leila Mota	Desporto para Pessoas com Deficiência