



# ***Regulamento de Formação:***

## ***Módulos da Formação do CURSO DE GRAU I***

### ***Atribuição de UC para Cédulas do IPDJ***

**Vila Franca de Xira**

**6 de setembro a 7 de outubro de 2018**





associação de natação de lisboa

## 1. ORGANIZAÇÃO DA FORMAÇÃO

- A formação compreende os módulos do curso de Grau I podendo ser realizadas de forma individual e independentes.
- Os conteúdos programáticos são os definidos para cada módulo segundo os objetivos de formação do IPDJ e da FPN.
- Cada módulo terá atribuição unidades de crédito referentes a formação geral ou específica e correspondentes à carga lecionada.

## 2. DESTINATÁRIOS E CONDIÇÕES DE ACESSO

- Poderão ser inscritos por módulo até ao limite de 8 candidatos.
- São destinatários todos os portadores de cédulas de Treinador Desportivo, Diretor Técnico e Técnico de Exercício Físico.
- 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** - Tempo de serviço no desenvolvimento da modalidade da natação.

**2º Critério** - Praticantes desportivos integrados em Regime de Alto Rendimento ou das Seleções Nacionais (ou já ter integrado no passado);

**3º 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;

**4º Critério** - Terem sido praticantes federados de qualquer uma das disciplinas da Natação;

**5º Critério** - Apresentarem documentos comprovativos da frequência de ações de formação de Treinadores de Natação, realizadas pelas Associações Territoriais ou FPN.

## 3. LOCAL E PERÍODO DE REALIZAÇÃO

### • LOCAL

As formações serão realizadas em Vila Franca de Xira, com as sessões práticas no auditório do Museu do Neorealismo, e as sessões práticas no Complexo da Piscina Municipal, de acordo com os horários a divulgar. Caso se verifiquem restrições de disponibilização horárias e materiais, poderão ser utilizados outros equipamentos desportivos<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> A divulgar em conjunto com o horário final do curso



associação de natação de lisboa

- **HORÁRIOS PREVISTOS:**

**Quinta-feira (apenas dia 6 de Setembro)** – das 14h00 às 20H00;

**Sexta-feira** – 09H00 às 20H00;

**Sábado** – 9H00 às 20H00;

**Domingos** – 09H00 às 20H00;

- ✓ A **Componente Geral** estima-se ocorrer entre 6 e 21 de Setembro
- ✓ A **Componente Específica** estima-se ocorrer entre 22 de Setembro e 7 de Outubro

Os horários da Componente Específica irão depender da existência de uma ou de duas turmas para a realização do curso. Na existência de duas turmas as aulas teóricas ocorrem em simultâneo para ambas as turmas, mas as aulas práticas têm horários separados.

- **ALTERAÇÃO DO PERÍODO DE REALIZAÇÃO**

Caso a organização verifique dificuldades na exequibilidade dos horários inicialmente definidos, os horários ou períodos de realização do curso poderão ser alterados.

#### 4. CARGA HORÁRIA

Módulos de formação Geral	Prática	Teórica
Pedagogia do Desporto	-	6H
Psicologia do Desporto	-	4H
Aprendizagem e Desenvolvimento motor	-	4H
Funcionamento do Corpo, Nutrição e Primeiros Socorros	2H	4H
Didática do Desporto	-	8H
Observação e Análise das Habilidades Desportivas	1H	3H
Teoria e Metodologia do Treino	-	6H
Luta Contra a Dopagem	-	2H
Desporto para Pessoas com Deficiência	-	1H
<b>Total</b>	<b>3H</b>	<b>38H</b>



associa o de nata o de lisboa

Módulos de forma�o Específica	Prática	Teórica
Adapta�o ao Meio Aquático	6H	6H
Técnica e Didática Específica <i>Nata�o Pura</i>	5H	5H
Técnica e Didática Específica <i>Nata�o Artística</i>	5H	5H
Técnica e Didática Específica <i>Polo Aquático</i>	5H	5H
Técnica e Didática Específica <i>Salto para a água</i>	2H	2H
Salvamento Aquático	2H	2H
<b>Total</b>	<b>25H</b>	<b>25H</b>

## 5. CUSTOS E INSCRI OES

Módulos de forma�o	Horas Total	Forma�o	Grau	Custos
Pedagogia do Desporto	6H	Geral	I, II, III, IV	20�
Psicologia do Desporto	4H	Geral	I, II, III, IV	15�
Aprendizagem e Desenvolvimento motor	4H	Geral	I, II, III, IV	15�
Funcionamento do Corpo, Nutri�o e Primeiros Socorros	6H	Geral	I, II, III, IV	20�
Didática do Desporto	8H	Geral	I, II, III, IV	20�
Observa�o e Análise das Habilidades Desportivas	4H	Geral	I, II, III, IV	15�
Teoria e Metodologia do Treino	6H	Geral	I, II, III, IV	20�
Luta Contra a Dopagem & Desporto para Pessoas com Deficiência	2H 1H	Geral Geral	I, II, III, IV I, II, III, IV	15�
Adapta�o ao Meio Aquático	12	Específica	I, II, III, IV	25�
Técnica e Didática Específica <i>Nata�o Pura</i>	10	Específica	I, II, III, IV	25�
Técnica e Didática Específica <i>Nata�o Sincronizada</i>	10	Específica	I, II, III, IV	25�
Técnica e Didática Específica <i>Polo Aquático</i>	10	Específica	I, II, III, IV	25�
Técnica e Didática Específica <i>Salto para a água</i>	4	Específica	I, II, III, IV	15�
Salvamento Aquático	4	Específica	I, II, III, IV	15�



associação de natação de lisboa

## 6. 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.

Todos os pagamentos deverão ser realizados por transferência bancária para ANL:

NIB – PT50 0018 0008 0404 3773 0207 5

### Envios:

Toda a documentação e comprovativo de pagamento deverão ser enviados para:

[formacao@anlisboa.pt](mailto:formacao@anlisboa.pt)

O processo de inscrição apenas fica concluído com a realização do pagamento e envio do respetivo comprovativo.

### Excesso de inscrições:

Caso se verifique que o número de candidatos é superior às vagas existentes, o formando será contactado no sentido de poder mudar a sua inscrição para outro módulo ou para que a ANL proceda à devolução do valor de inscrição.