



---

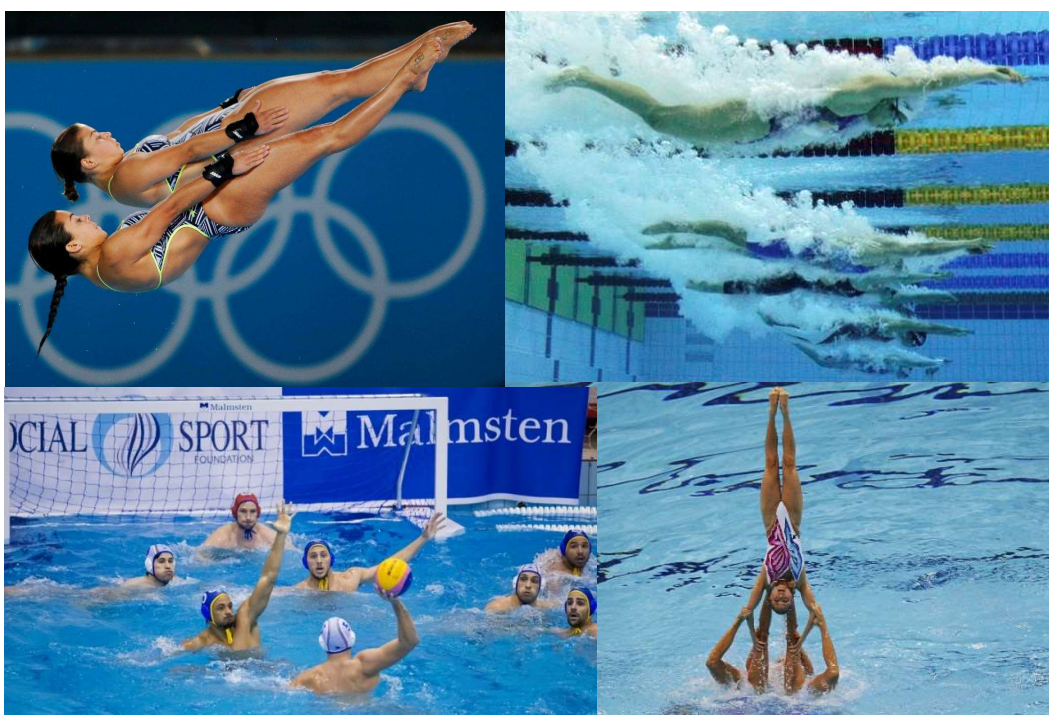
## ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DO DISTRITO DE LEIRIA

---

1

# CURSO DE GRAU I

TREINADOR / MONITOR DE NATAÇÃO



# REGULAMENTO



## 1. ORGANIZAÇÃO

O Curso de Treinadores de Grau I – Treinador/ Monitor de Natação integrará duas fases: curricular (Geral e Especifica) e Estágio.

A organização da componente geral e componente específica é do âmbito da Associação de Natação do Distrito de Leiria. A componente do estágio é da responsabilidade da Federação Portuguesa de Natação.

O curso só será realizado, se houver no mínimo 25 formandos APTOS na avaliação do pré-requisito.

## 2. CONDIÇÕES DE ACESSO

Pode 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

### **PRÉ – REQUISITOS ESPECÍFICOS**

Os candidatos, para além das condições de acesso acima expostas, devem cumprir os pré-requisitos específicos:

- Ser nadador ou ex nadador federado (Têm que apresentar declaração da associação territorial) ou
- Realizar uma prova de 100 metros Estilos ou 200 metros Livres, com as respetivas partidas e viragens específicas, sem evidenciarem erros técnicos graves (será realizada no dia 26 de fevereiro, em Leiria, às 20 horas).
- 100 metros estilos = 02:15.00 (tempo limite)
- 200 metros Livres = 04:00.00 (tempo limite)



### 3. ESTRUTURA

A estrutura do curso de Grau I de Treinadores/ Monitores de Natação terá por base os referenciais de formação geral e específica criados.

3

COMPONENTE DE FORMAÇÃO GERAL			
Unidade de Formação	Total de Horas	Prática	Teórica
Pedagogia do Desporto	6 horas		6h
Psicologia do Desporto	4 horas		4h
Aprendizagem e Desenvolvimento motor	4 horas		4h
Funcionamento do Corpo e Nutrição	4 horas		4h
Primeiros Socorros	2 horas	2h	
Didática do Desporto	8 horas		8h
Observação e Análise das Habilidades	4 horas	1h	3h
Teoria e Metodologia do Treino	6 horas		6h
Luta contra a Dopagem	2 horas		2h
Desporto para pessoas com deficiência	1 hora		1h
<b>TOTAL</b>	<b>41 horas</b>	<b>3 horas</b>	<b>38 horas</b>

COMPONENTE DE FORMAÇÃO ESPECÍFICA			
Unidade de Formação	Total de Horas	Prática	Teórica
Adaptação ao meio aquático	12 horas	6h	6h
Técnica e Didática Específica de Natação Pura	10 horas	5h	5h
Técnica e Didática Específica de Natação Sincronizada	10 horas	5h	5h
Técnica e Didática Específica de Pólo Aquático	10 horas	5h	5h
Técnica e Didática Específica de Saltos para a água	4 horas	2h	2h
Salvamento aquático	4 horas	2h	2h
<b>TOTAL</b>	<b>50 horas</b>	<b>25 horas</b>	<b>25 horas</b>



Estágio – Os formandos realizarão uma época de trabalho como treinador/ monitor de uma Entidade de Acolhimento. A totalidade de horas consideradas no âmbito do Estágio (550 horas) 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/ monitor.

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

### Diretor e Secretário do Curso

Diretor do curso	João Paulo Fróis
Secretária do curso	Raquel Soeiro

## 4. INSCRIÇÕES

As inscrições têm que ser feitas em impresso próprio e dar entrada na ANDL até dia 22 de fevereiro de 2018 (e-mail: [inscricoes@andl.pt](mailto:inscricoes@andl.pt) ou na secretaria).

Taxa de pré-inscrição: 25,00 Euros

Taxa de inscrição (CG + CE): 275,00 Euros + Taxa de inscrição no estágio: 175,00 Euros

Caso o candidato tenha o certificado do IPDJ que comprove a equivalência a uma das componentes (certificado de competências), poderá inscrever-se à componente em falta e estágio:

Taxa de inscrição componente geral: 150,00 Euros + estágio: 175,00 Euros

Taxa de inscrição componente específica: 150,00 Euros + estágio: 175,00 Euros

Caso os formandos não sejam aprovados na componente de formação curricular não será devolvido qualquer valor (componentes e estágio).



Documentos para inscrição até dia 22 de fevereiro 2018:

- Ficha de inscrição IPDJ
- Declaração clube (caso seja clube da ANDL aderente ao PAN)
- Certificado de reconhecimento de competências emitido pelo IPDJ (caso faça só uma componente + estágio)
- Fotografia tipo passe
- Comprovativo de pagamento no valor de 25,00 Euros

5

**IBAN: PT50.0007.0000.0019.7413.5282.3 (Novo Banco)**

## **5. PORTUGAL A NADAR**

Os candidatos que façam parte de clubes aderentes ao Portugal a Nadar, usufruem de um desconto de 25% no valor do curso (componente Geral + Específica).

Só será atribuído um desconto de 25% por cada entidade aderente ao PAN.

O valor do estágio é fixo, não sendo alvo de desconto (175,00 Euros).

Os candidatos que sejam propostos por entidades aderentes ao PAN, têm que entregar uma declaração do clube, aquando a inscrição, para que seja atribuído o desconto.

## **6. FREQUÊNCIA NO CURSO**

O curso irá realizar-se de forma presencial, sendo obrigatória 2/3 de presenças a cada um dos módulos.

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



Os formandos seleccionados para frequência no Curso de Grau I de treinadores/monitores de natação, deverão obter aprovação à componente de formação geral e específica.

Os formandos que obtêm aprovação na fase curricular podem enviar os documentos referentes à componente de estágio para a Federação Portuguesa de Natação, para início do Estágio.

### **6.1. Avaliações**

A aprovação aos módulos da fase curricular – componente geral e específica é feita através de avaliação escrita (teste e trabalhos).

Os momentos de avaliação poderão ser efetuados durante a lecionação dos módulos ou no final de cada componente.

Existirá um segundo momento de avaliação para os formandos que não obtiverem aprovação a todos os módulos na primeira fase.

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 à 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.



S  os formandos que obt m aprova o na fase curricular podem inscrever-se na componente de estágio na FPN.

Os formandos seleccionados para frequência no Curso de Grau I de Treinadores / Monitores de Nata o deverão obter aprova o   componente de forma o geral e específica.

Após conclusão da fase curricular, a ANDL envia as classifica es dos formandos para a FPN.

7

## 7. DATAS

Prova prática: 26 fevereiro 2018, às 20h00, na Piscina Municipal de Leiria

Componente Geral: 3,4 e 24 de março em Leiria; 10, 11 e 17 de março em Peniche

Componente Específica: 7, 8 abril em Leiria; 14, 15 e 21 de abril e 5 maio em Peniche

Exame da 2  chamada será realizado em data a informar atempadamente aos formandos.

### 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.



## 8. PLANO DE PAGAMENTOS

8

Até dia 22 de fevereiro 2018: pagamento da pré-inscrição no valor de 25,00 Euros;

**Para formandos que estejam inscritos nas duas componentes e estágio:**

Até dia 1 de março de 2018: 100,00 Euros (Componentes) + 87,50 Euros (Estágio) = 187,50 Euros

Até dia 4 de abril de 2018: 100,00 Euros (Componentes) + 87,50 Euros (Estágio) = 187,50 Euros

Até dia 2 de maio de 2018: 75,00 Euros (Componentes)

**Para formandos que só estejam inscritos numa componente e estágio:**

Até dia 1 de março de 2018: 50,00 Euros (Componente) + 87,50 Euros (Estágio)

Até dia 4 de abril de 2018: 50,00 Euros (Componente) + 87,50 Euros (Estágio)

Até dia 2 de maio de 2018: 50,00 Euros (Componente)

Candidatos através de uma entidade do PAN, o plano de pagamentos será informado após a inscrição.

**IBAN: PT50.0007. 0000. 0019. 7413. 5282. 3 (Novo Banco)**