

Regulamento do Curso ANL de Grau I de Natação – Treinadores / Monitores

Organização

O Curso de Treinadores de Natação de Grau I da **Associação de Natação de Lisboa (ANL)**, em parceria com a **Gnosies** está organizado de acordo com os respetivos referenciais de formação, sendo composto por duas componentes de formação letiva e uma de formação prática:

- ✓ **Componente Geral** - realizada em sistema e-learning com recurso à plataforma e conteúdos digitais da empresa de formação **Gnosies**.
- ✓ **Componente Específica** - realizada em sistema b-learning com recurso à plataforma Zoom e ao Multiusos do Estádio José de Alvalade;
- ✓ **Componente Estágio** - realizado de acordo com o regulamento da FPN, sendo a entidade totalmente responsável pela orientação.

Datas de Realização

- ✓ **Inscrições:** até 3 setembro de 2023
- ✓ **Prova de admissão:** 8 a 10 de setembro de 2023
- ✓ **Componente Geral:** 13 de setembro até 29 de outubro de 2023 (6 semanas)
- ✓ **Avaliação Comp. Geral:** 1ª fase - 4 de novembro 2023; 2ª fase - 8 novembro 2023
- ✓ **Componente Específica:** 10 novembro a 17 de dezembro (6 semanas)
- ✓ **Estágio:** Janeiro a julho de 2024

**As datas podem sofrer alterações de acordo com a disponibilidade dos espaços desportivos tendo em conta as competições regionais e nacionais.*

Destinatários, Condições e Critérios de Acesso

Condições Obrigatórias Gerais

São condições obrigatórias para se candidatar ao Curso de Treinadores de Grau I/Monitor de Natação:

- Ter idade mínima de 18 anos à data de início do curso;
- Ter escolaridade mínima obrigatória como habilitação literária
 - ❖ 4 anos de escolaridade: Candidatos nascidos até 31/12/1966;
 - ❖ 6 anos de escolaridade: Candidatos nascidos entre 01/01/1967 e 31/12/1980;
 - ❖ 9 anos de escolaridade: Candidatos nascidos entre 01/01/1981 e 31/12/2002;
 - ❖ 12 anos de escolaridade: Candidatos nascidos a partir de 01/01/2003, ou que se inscreveram no ano letivo de 2009/10, no 1º e 2º ciclo, ou no 7º ano de escolaridade.

Condições Obrigatórias Específicas

Os candidatos devem ainda completar as condições da prova prática de admissibilidade definida:

- Realização de uma distância de nado (50m), cumprindo os pressupostos básicos do “saber nadar” (dominar o equilíbrio, a respiração e a propulsão no meio aquático).

Estão isentos da prova prática:

- Nadador Federado ou ex-nadador Federado* ou Nadador Salvador (cartão ativo)**

** Para efeitos de validação têm de indicar número de licença FPN*

*** Para efeitos de validação têm de apresentar cópia de cartão*

Saídas profissionais

Estrutura e Carga Horária

Crêterios de acesso.

No caso de o número de candidatos ultrapassar o limite de vagas (30 vagas), a sele o de candidatos será feita de acordo com os seguintes cr terios:

- **1  Cr terio** – Praticantes desportivos integrados no Regime de Alto Rendimento ou das Sele es Nacionais (ou já terem estado integrados);
- **2  Cr terio** – Encontrarem-se ao serviço de qualquer institui o ou entidade filiada na FPN numa das disciplinas da Nata o e serem propostos pelas referidas institui es onde exerçam a sua atividade;
- **3  Cr terio** – Terem sido praticantes federados de qualquer uma das disciplinas da Nata o durante pelo menos 4 épocas desportivas;
- **4  Cr terio** – Apresentarem documentos comprovativos da frequência de a es de forma o de Treinadores de Nata o, realizadas ou pelas Associa es Territoriais ou pela FPN.

A Nata o   uma das modalidades mais inclusivas da sociedade cujo ensino e desenvolvimento   transversal em todas as fases da sua vida.

Para além dos inúmeros benefícios para a saúde física e mental, pode ainda ser um meio, recorrentemente utilizado, para o desenvolvimento ou reabilita o de capacidades motoras.

Legalmente, o seu ensino apenas   válido quando orientado por Técnicos ou Treinadores de Desporto devidamente habilitados para o efeito.

O curso Treinador de Nata o – Grau I, nível inicial de qualifica o técnica, habilita-te a:

- Lecionar, de forma segura, aulas de Beb s, Adapta o ao Meio Aquático (AMA), ou aperfei amento.
- Coordenar e supervisionar equipas técnicas de profissionais em níveis de prática associados ao Grau I;
- Desenvolver programas de treino para os escalões iniciais de forma o desportiva e orientar atletas em fase inicial de desenvolvimento desportivo;
- Assistir treinadores em níveis de prática associados ao Grau II;

Componente Geral

Unidades de Forma�o	Horas
<i>Teoria e Metodologia do Treino Desportivo</i>	12
<i>Pedagogia e Didática do Desporto</i>	15
<i>Funcionamento do Corpo Humano, primeiros socorros e antidoping</i>	5
<i>Desporto Adaptado</i>	2
<i>�tica no Desporto</i>	2
Carga Horária Total	36 h

Componente Específica

Unidades de Forma�o	Horas
<i>Adapta�o ao Meio Aquático</i>	8
<i>Nata�o para Beb�s</i>	8
<i>Técnica e Didática Específica Nata�o Pura</i>	10
<i>Técnica e Didática Específica Nata�o Artística</i>	10
<i>Técnica e Didática Específica Polo Aquático</i>	10
<i>Técnica e Didática Específica Saltos para a água</i>	8
<i>Salvamento Aquático</i>	4
Carga Horária Total	58 h

**Assiduidade,
Avaliação e
Classificação**

A carga letiva das unidades de formação da componente específica será realizada em horários a divulgar, mas dentro dos seguintes períodos horários:

- Sextas– 13H00 às 22H00;
- Sábados – 8H00 às 22H00;
- Domingos – 08H00 às 22H00

Componente Estágio

- Estágio tem o mínimo de 6 meses podendo prolongar até 1 época desportiva, sendo que o número de horas dedicada à condução de sessões de treino é de 100 horas;
- O local de estágio e tutor deverá se proposto pelo formando;
- O Estágios obedecem ao Regulamento da FPN;
- Para a fase de estágio, só poderão aceder à mesma, os candidatos (as) que forem considerados aptos (as) na componente letiva.

Assiduidade

Componente Geral obedece ao Regulamento da **Gnosies** e a **Componente Especifica** implica a presença igual ou superior a 90%

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.

Avaliação

A aprovação das unidades de formação da fase curricular são efetuadas através de avaliações por testes escritos (Componente Geral e Especifica) ou sob outras formas complementares como trabalhos, práticas ou outros (Componente Especifica).

Os momentos de avaliação poderão ser efetuados durante a lecionação das unidades ou no final de cada componente e serão apresentados para a componente geral no início da mesma, e para as unidades da componente específica, pelo formador de cada unidade.

Existirá um segundo momento de avaliação para os formandos que não obtiverem aprovação a todas as unidades na primeira fase de avaliação de cada componente.

Classificação

Para a obtenção da aprovação final ao curso, os candidatos terão de obter menção igual ou superior a 10 valores (escala de 0 a 20 valores) em cada uma das unidades que compõem o curso.

Os candidatos que não obtiverem aprovação em todas as unidades não poderão ser considerados Aprovados no Curso.

Só os formandos que obtenham aprovação na Componente Geral da fase curricular podem inscrever-se na Componente Especifica, e apenas os que obtiveram aprovação em todas as unidades da Componente Especifica poderão integrar a Componente de estágio na FPN.

Processo de
Inscrição e Taxas,
e pagamentos

Portugal a Nadar

Processo de Inscrição/Candidatura

Para abertura do processo de candidatura, os interessados deverão:

- Preencher o [formulário online](#) (*clique para aceder*)
- Quando do preenchimento do formulário online deverão os candidatos estarem munidos dos seguintes documentos:
 - Prova do cumprimento das **Condições Obrigatórias Gerais** ou que permitam aplicar corretamente os critérios de acesso supra indicados;
 - Envio de Curriculum Vitae (facultativo)
 - Comprovativo da transferência da taxa de pré-inscrição
 - Para os candidatos que só se proponham à realização da Componente Específica + Estágio, devem ainda apresentar no momento de candidatura, o certificado de equivalência ao Grau I emitido pelo IPDJ.

O processo de candidatura online termina às 24:00 do dia **3 de Setembro de 2023**.

Taxas de Inscrição

- **Taxa de Pré-Inscrição:** 50€ (*obrigatório para iniciar processo de candidatura*)
- Taxa de Inscrição para **Componente Geral + Específica + Estágio:** 520€
- Taxa de Inscrição para **Componente Específica + Estágio:** 420€

Forma de pagamento:

Após confirmada a admissão, o formando tem de liquidar o valor da taxa de inscrição antes de iniciar o curso. Serão disponibilizadas três modalidades de pagamento (*para todos os candidatos independentemente das componentes a que se inscreve*):

- 100% até 12 de setembro
- 50% até 12 de setembro + 50% até 8 de novembro
- 40% até 12 de setembro + 30% até 13 de outubro + 30% até 8 de novembro

Pagamentos por transferência bancária para o

IBAN: PT50 0018 0008 0404 3773 0207 5

Só se assume o pagamento das taxas, mediante envio do comprovativo de pagamento do mesmo para a ANL através do seguinte email formacao@anlisboa.pt.

Os candidatos que se inscrevam ao abrigo do desconto do Portugal a Nadar podem beneficiar de 25% de desconto nas Componentes Geral e Específica.

Para este efeito, os candidatos têm de apresentar no processo de candidatura uma Carta/Declaração do clube proponente a comprovar o vínculo

- Taxa de Inscrição para Componente Geral + Específica + Estágio: 440€
- Taxa de Inscrição para Componente Específica + Estágio: 365€

A organização do curso reserva-se ao direito de poder limitar o número de vagas ao abrigo deste programa de apoio (limite de 30% do total dos inscritos).