

REGULAMENTO  
CURSO TREINADOR GRAU I  
MONITORES DE NATAÇÃO 2023

ANM  
associação de natção do minho

ANMinho  
associação de natção do minho

CURSO **TREINADOR GRAU I**  
**MONITORES DE NATAÇÃO**



03 ABR // 23  
21 MAI

PISCINAS MUNICIPAIS DE FORJÃES

 **FORMAÇÕES**

100 Horas de Formação teóricoprática ✓  
(formato presencial e E-learning)

Inscrições e Regulamento em [www.anminho.pt](http://www.anminho.pt) ✓

DESAFIA-TE A  
**ENSINAR**  
NATAÇÃO

Este curso permite obter a Cédula de Treinador de Desporto (CTD), documento oficial que habilita e regula o exercício das funções de Treinador/a.



[www.anminho.pt](http://www.anminho.pt)



[anminho.formacao@gmail.com](mailto:anminho.formacao@gmail.com)

FAG | 1

## **1 ORGANIZAÇÃO**

---

O Curso de Treinador Grau I / Monitores de Nataação integrará duas fases:

i) **Curricular** (Componente Geral e Componente Específica) e ii) **Estágio**.

A organização da fase **Curricular** (Componente Geral e Componente Específica) será da responsabilidade da Associação de Nataação do Minho (ANMinho), com a colaboração da Empresa Municipal Esposende 2000 e sob a égide da Federação Portuguesa de Nataação (FPN).

A componente de **Estágio** será da responsabilidade da FPN.

## **2 DESTINATÁRIOS E CONDIÇÕES DE ACESSO**

---

Podem candidatar-se a frequentar o Curso de Treinador Grau I / Monitores de Nataação todos os interessados de ambos os sexos que possuam:

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

Os candidatos devem preencher as demais condições gerais definidas.

No caso do número de inscritos ultrapassar o limite de vagas (30 vagas), a seleção de candidatos será feita de acordo com os seguintes critérios:

- 1º Critério – Praticantes desportivos integrados no Regime de Alto Rendimento ou das Seleções Nacionais (ou já terem estado integrados);
- 2º Critério – Candidatos que se encontram ao serviço de qualquer instituição ou entidade filiada na FPN numa das disciplinas da Nataação e serem propostos pelas referidas instituições onde exerçam a sua atividade;
- 3º Critério – Terem sido praticantes federados de qualquer uma das disciplinas da Nataação durante pelo menos 4 épocas desportivas;
- 4º Critério – Apresentarem documentos comprovativos da frequência de ações de formação de Treinadores de Nataação, realizadas pelas Associações Territoriais ou pela FPN.

## **3 ESTRUTURA, LOCAL E CARGA HORÁRIA**

---

A estrutura do Curso de Treinador Grau I / Monitores de Nataação terá por base os referenciais de formação Geral e Específica definidos pelo Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) e FPN.

– Data Prevista de Início do Curso: 03 de ABRIL de 2023

– Data Prevista para o Final do Curso: 21 de MAIO de 2023

**O Curso será dividido em 3 partes:**

**1. Componente de Formação Geral (03 ABRIL a 30 ABRIL)**

Esta componente será realizada através do sistema E-learning (ensino à distância) através da plataforma online Gnosies.

Decorrerá entre os dias 03 de ABRIL e 30 de ABRIL de 2023, em regime de acesso autónomo e gestão individualizado na concretização das tarefas e avaliações das unidades de formação.

Haverá uma avaliação final global PRESENCIAL da Componente Específica agendada para o dia 06 de MAIO de 2023 em Forjães, às 11h.

UNIDADES DE FORMAÇÃO	HORAS TOTAL
Teoria e Metodologia do Treino Desportivo	12H
Pedagogia e Didática do Desporto	15H
Funcionamento do Corpo Humano, Primeiros Socorros e Antidopagem	5H
Desporto Adaptado	4H
Ética no Desporto	2H
<b>Total</b>	<b>36H</b>

**2. Componente de Formação Específica (28 ABRIL a 21 MAIO)**

Esta Componente do Curso irá realizar-se de forma presencial nas instalações **da Piscina Municipal de Forjães** e da **Junta de Freguesia de Forjães**, no concelho de Esposende, seguindo o modelo:

- 1. Sexta-feira – 19h00 às 23h00;
- 2. Sábado – 14h00 às 18h00;
- 3. Domingo – 08h00 às 18h00 (com intervalo para almoço);

Estes horários podem sofrer ajustes em função da conciliação da disponibilidade dos formadores com a disponibilidade de utilização dos espaços da piscina. As aulas decorrerão no período entre 28 de ABRIL e 21 de MAIO de 2023.

UNIDADES DE FORMAÇÃO	HORAS TOTAL	PRÁTICA	TEÓRICA
Adaptação ao Meio Aquático	8H	4H	4H
Natação para Bebés	8H	4H	4H
Técnica e Didática Específica Natação Pura	10H	5H	5H
Técnica e Didática Específica Natação Sincronizada	10H	5H	5H
Técnica e Didática Específica Polo Aquático	10H	5H	5H
Técnica e Didática Específica Saltos para a Água	8H	5H	3H
Salvamento Aquático	4H	2H	2H
<b>Total</b>	<b>58H</b>	<b>30H</b>	<b>28H</b>



**4. Componente Estágio (CONCLUÍDA A FASE CURRICULAR)**

Os candidatos realizarão um período 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 um conjunto de tarefas inerentes ao desempenho da função de treinador (a)/monitor (a).

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

## **4 AVALIAÇÃO DO CURSO**

---

### **4.1. SISTEMA DE AVALIAÇÃO**

O Sistema de Avaliação na fase curricular compreenderá duas partes do Curso (Componente Geral + Componente Específica) com sistemas de avaliação das diferentes unidades de formação distintos.

A Componente Geral terá avaliações de cada unidade de formação – geridas individualmente por cada candidato - e uma avaliação final global presencial agendada para o início da Componente Específica compostas por:

- i) Teste de Unidade Online (25% nota final)
- ii) Exame Escrito (75% nota final)

Na Componente Específica, a avaliação de cada unidade de formação é proposta pelo respetivo formador ao Diretor do Curso, tendo por base as diretrizes e especificidades estabelecidas para cada módulo nos referenciais de formação e poderá ser composto por uma ou mais das seguintes formas:

- iii) Teste Escrito;
- iv) Trabalho Individual e/ou de Grupo;
- v) Oral ou Discussão de Trabalho;
- vi) Outros;

Os momentos de avaliação na Componente Específica, quando realizados através de Teste Escrito, serão agendados previamente e efetuados, sempre que possível, na semana seguinte à lecionação de cada módulo.

### **4.2. 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 a obtenção da classificação final de AP, os candidatos terão de obter menção igual ou superior a 10 valores (escala de 0 a 20 valores) em todas as Unidades de Formação que compõem o curso. Na Componente Específica, os candidatos que obtenham menções inferiores a 10 valores em ¼ (a arredondar por excesso) das Unidades de Formação 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 numa (1) Unidade de Formação não poderão ser considerados Aprovados no Curso.

Só os formandos que obtenham aprovação na fase **Curricular** podem inscrever-se na componente de **Estágio** na FPN.

## **5 INSCRIÇÕES**

---

O Curso de Treinador Grau I / Monitores de Natação realizar-se-á com o número mínimo de 20 inscrições válidas e com o máximo de 30 candidatos, estando sujeitas todas as inscrições aos critérios definidos no ponto 2 deste regulamento. As inscrições para a fase curricular devem dar entrada na sede da ANMinho, até às 24h do dia **31 de março de 2023**, após submeterem a ficha de inscrição própria (disponível em [www.anminho.pt](http://www.anminho.pt)).

Todos os candidatos terão de enviar para [anminho.formacao@gmail.com](mailto:anminho.formacao@gmail.com) os seguintes documentos digitalizados:

**Obrigatório:** CC ou BI; Comprovativo de conclusão do ensino obrigatório ou comprovativo de frequência ou conclusão do ensino superior;

**Facultativo:** outros documentos que façam prova do cumprimento dos critérios definidos.

### € Taxas de Inscrição:

**520€** ⇒ Componente Geral e Componente Específica (320€) + Estágio (200€)

**400€** ⇒ Apenas Componente Específica (200€) + Estágio (200€)

Os formandos que só se inscrevam na Componente Específica, devem apresentar [o certificado de reconhecimento de competências](#) emitido pelo IPDJ ao Grau I.

Só os formandos que obtiverem aprovação na fase curricular se podem inscrever na fase de Estágio.

Os candidatos propostos por entidades aderentes ao projeto **PAN** (Portugal a Nadar) da FPN têm uma **redução de 20%** nas taxas de inscrição na fase curricular, Componente Geral e Componente Específica (exclui-se neste desconto a taxa de inscrição na fase Estágio).

### € Formas de pagamento:

Através de transferência bancária para o IBAN da ANMinho:

**IBAN PT50 0045 1436 40265571016 66 CRÉDITO AGRÍCOLA**

## **PAGAMENTO DA TOTALIDADE DA INSCRIÇÃO DO CURSO**

Inscrição normal até às 24h do dia 31 de MARÇO de 2023:

520,00€ (Componente Geral e Específica + Estágio)

400,00€ (Componente Específica + Estágio)

Inscrição com **20% desconto PAN** até às 24h do dia 31 de MARÇO de 2023:

456,00€ (Componente Geral e Específica + Estágio)

360,00€ (Componente Específica + Estágio)

### **PAGAMENTO FASEADO DA INSCRIÇÃO DO CURSO**

Inscrição normal no curso completo:

1ª Prestação - 320,00€ até às 24h do dia 31 de MARÇO de 2023

2ª Prestação - 200,00€ até às 24h do dia 27 de ABRIL de 2023

Inscrição normal da Componente Específica + Estágio:

1ª Prestação - 200,00€ até às 24h do dia 31 de MARÇO de 2023

2ª Prestação - 200,00€ até às 24h do dia 27 de ABRIL de 2023

Inscrição com **20% desconto PAN** no curso completo:

1ª Prestação - 256,00€ até às 24h do dia 31 de MARÇO de 2023

2ª Prestação - 200,00€ até às 24h do dia 27 de ABRIL de 2023

Inscrição com **20% desconto PAN** na Componente Específica + Estágio:

1ª Prestação - 160,00€ até às 24h do dia 31 de MARÇO de 2023

2ª Prestação - 200,00€ até às 24h do dia 27 de ABRIL de 2023

**Só se considera a inscrição válida após o envio para [anminho.formacao@gmail.com](mailto:anminho.formacao@gmail.com) dos comprovativos do pagamento da totalidade ou da 1ª prestação das respetivas taxas.**

### **6 FREQUÊNCIA NO CURSO – REGIME DE PRESENCAS**

Está definido um regime de presenças obrigatórias para a fase curricular presencial:

i) 2/3 de presenças na Componente Específica, sendo que os módulos com aulas práticas são de presença obrigatória, não sendo estas contabilizadas para efeitos dos 2/3 definidos anteriormente (2/3 de presenças obrigatórias à totalidade dos módulos + presença obrigatória nas aulas práticas de cada módulo). 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.