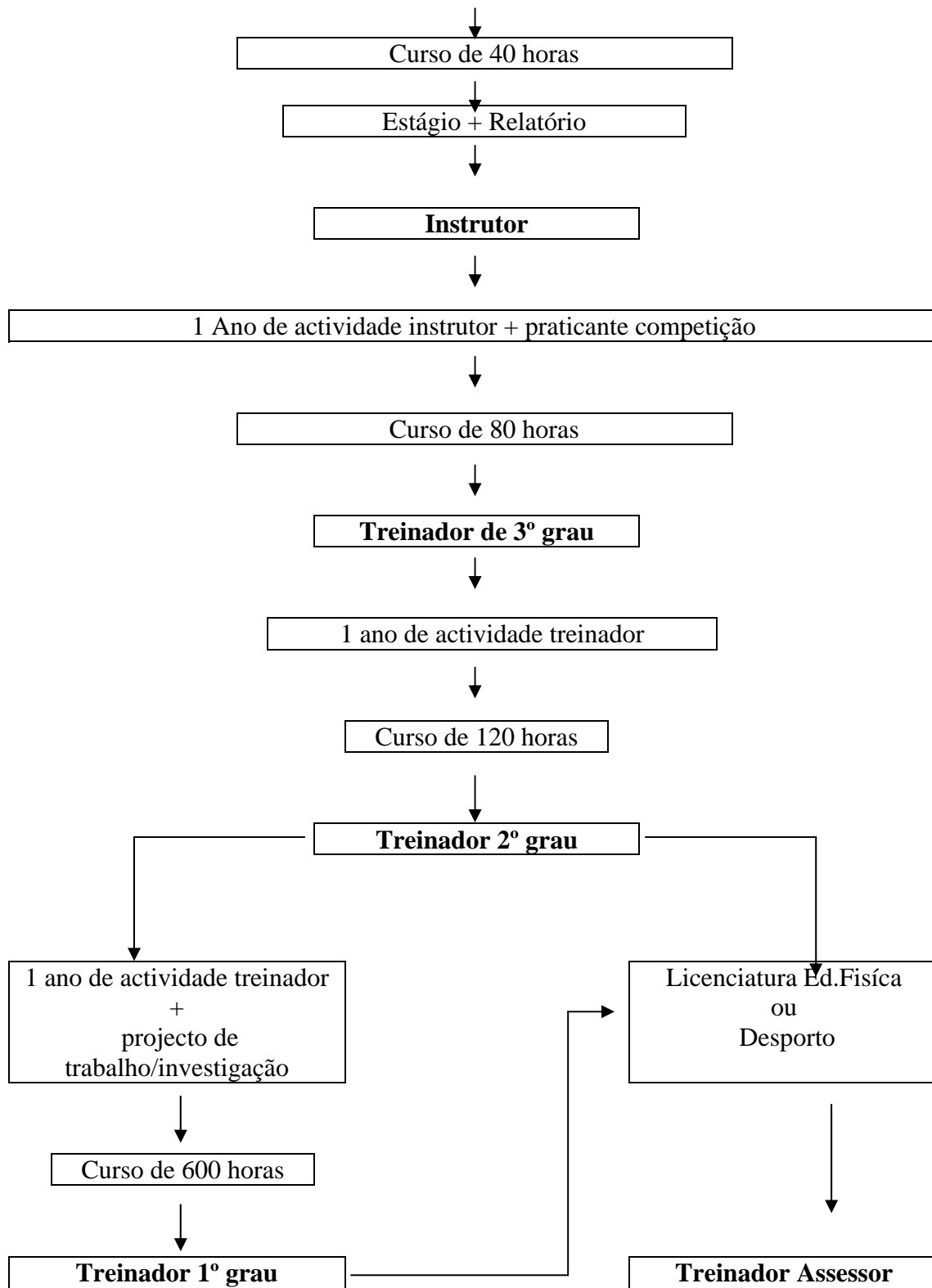




FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE VELA

PLANO

FORMAÇÃO DE TREINADORES





TREINADORES

FORMAÇÃO

Correspondência entre os níveis considerados no plano de formação datado de 1989 e os níveis considerados no projecto de 1993:

Plano 1989 Plano 1993

Monitor Instrutor

Treinador 3º grau Treinador 3º grau

Treinador 2º grau Treinador 2º grau

Treinador 1º grau Treinador 1º grau

Treinador Assessor



TREINADORES

FORMAÇÃO

Correspondência entre os graus considerados no projecto de 1993 da F.P.V. e os níveis propostos pela Rede Europeia de Ciências do Desporto.

Graus F.P.V.	Níveis da Rede Europeia
Instrutor	Nível I
Treinador 3º grau	Nível II
Treinador 2º grau	Nível III
Treinador 1º grau	Nível IV
Treinador Assessor	Nível V



FORMAÇÃO DE INSTRUTORES E TREINADORES REGULAMENTO

Artigo 1º - Carreira

A carreira de treinadores de vela credenciados pela Federação Portuguesa de Vela é escalonada nos graus a seguir discriminados:

INSTRUTOR

TREINADOR DE 3º GRAU

TREINADOR DE 2º GRAU

TREINADOR DE 1º GRAU

TREINADOR ASSESSOR

Parágrafo único: para cada um dos graus consideram-se duas especialidades:

VELA

PRANCHA À VELA

Artigo 2º - Cursos

2.1. - Duração

A duração mínima de cada um dos cursos correspondentes aos quatro primeiros graus definidos no artigo anterior será, respectivamente de 50, 80, 120 e 600 horas, sendo que, para o grau de treinador assessor é necessária a licenciatura em Educação Física e /ou Desporto.

2.2. - Objectivos

Após aprovação, no final dos respectivos cursos, os candidatos serão considerados, pela Federação Portuguesa de vela, aptos nos seguintes domínios:

I - Instrutor

- a) Ensinar a prática da vela até ao final da fase de iniciação.
- b) Avaliar as destrezas dos alunos até ao nível exigido no final da fase de iniciação.



- c) Avaliar os conhecimentos teóricos dos alunos até ao nível exigido no final da fase de iniciação.
- d) Demonstrar todas as técnicas e destrezas correspondentes ao nível do final da fase de iniciação.
- e) Planear e preparar sessões em terra.
- f) Planear e preparar sessões em água.
- g) Dirigir um curso.
- h) Incentivar a prática de procedimentos de segurança.
- i) Manter níveis de segurança adequados.
- j) Manobrar uma embarcação de apoio a motor.
- k) Dar assistência a velejadores em dificuldade.
- l) Conhecer a orgânica e funções da Federação Portuguesa de Vela, Associações Regionais de Clubes de Vela, Clubes e Associações de Classe.
- m) Conhecer a legislação da marinha de recreio.

II - Treinador 3º grau:

Para além dos itens discriminados ao nível do curso de instrutor, o treinador de 3º grau será considerado apto nos seguintes domínios:

- a) Ensinar a prática da vela até ao final da fase de aperfeiçoamento.
- b) Avaliar as destrezas dos alunos até ao nível exigido no final da fase de aperfeiçoamento.
- c) Avaliar os conhecimentos teóricos dos alunos até ao nível exigido no final da fase de aperfeiçoamento.
- d) Demonstrar as técnicas e destrezas correspondentes ao nível do final da fase de aperfeiçoamento.
- e) Planear e preparar sessões em terra e no mar e dirigir um curso até ao nível exigido no final da fase de aperfeiçoamento.
- f) Apoiar velejadores durante a participação em provas.

III - Treinador 2º grau :



Para além dos itens discriminados nos graus anteriores, o treinador de 2º grau será considerado apto nos seguintes domínios:

- a) Demonstrar as técnicas utilizadas em competição.
- b) Planificar, executar e avaliar sessões de treino de um ou vários velejadores.
- c) Planificar, executar e avaliar uma época de treino de um ou vários velejadores.
- d) Participar na detecção de talentos.
- e) Apoiar velejadores durante a participação em provas, fornecendo-lhes todos os dados úteis para as tomadas de decisão.
- f) Coordenar um grupo de treinadores.
- g) Planear, promover e gerir a actividade de uma escola de vela.

IV - Treinador 1º grau:

Para além dos itens discriminados nos graus anteriores, o treinador de 1º grau será considerado apto nos seguintes domínios:

- a) Planeamento, execução e avaliação do treino a todos os níveis, incluindo a alta competição.
- b) Aconselhar os velejadores durante a participação em provas, a qualquer nível.
- c) Participar na formação de treinadores.
- d) Organizar, gerir e promover a prática da vela a vários níveis.

V - Treinador assessor :

Para além dos itens discriminados nos graus anteriores, o treinador assessor será considerado apto nos seguintes domínios:

- a) Concepção, planificação, execução e avaliação de processos de treino.
- b) Desenvolver estratégias organizadas de detecção de talentos.



- c) Definir tópicos de investigação e organizar actividades de investigação.
- d) Cooperar na formação de treinadores e outros quadros desportivos, analisar as necessidades, conceber os programas e preparar material didáctico.
- e) Conceber, organizar e dirigir a promoção da actividade desportiva.
- f) Manter-se actualizado nas áreas do conhecimento relevantes.

2.3. - Conteúdos, carga horária

2.3.1. - Instrutor (Vela ou P.A.V.)

I A aprendizagem das técnicas e a progressão do aluno desde os primeiros contactos até ao final da fase de iniciação a execução das técnicas; a prática pedagógica	20 horas
II . O processo ensino-aprendizagem	3 horas
III. A organização da actividade	3 horas
IV. O instrutor de vela-seu- perfil	1 hora
V Aerodinâmica e hidrodinâmica	3 horas
VI. A legislação e regulamentos; orgânica e funcionamento do sistema desportivo	2 horas
VII. O desenvolvimento geral do jovem praticante	2 horas
VIII Funcionamento do corpo humano	2 horas
IX. A condição física e os fundamentos do treino desportivo	3 horas
X. Higiene e primeiros socorros	1 hora
XI. Avaliação (2ª fase do curso)	10 horas



Desenvolvimento :

O curso completo constará de duas fases, pertencendo 40 horas à primeira e 10 horas à segunda.

A segunda fase do curso realizar-se-á 6 a 12 meses após a efectivação da primeira, comprometendo-se os candidatos a realizar, durante esse período, um trabalho de prática de ensino da modalidade, relativamente ao qual elaborarão um relatório que, depois de analisado pela equipa de prelectores da primeira fase do curso, lhes poderá facultar o acesso à segunda fase. Em cada curso não se admitirão mais de 30 candidatos.

2.3.2. - Treinador 3º grau (Vela ou P.V.A.)

I	O aperfeiçoamento; a iniciação à competição; a execução das técnicas; factores de treino; prática pedagógica40 horas
II	Teoria e metodologia do treino; treino físico do velejador10 horas
III	Regras de regata 6 horas
IV	Táctica e estratégia 6 horas
V	Psicologia 6 horas
VI	Planeamento, organização e gestão 4 horas
VII	Avaliação 8 horas

Desenvolvimento:

O curso será, para efeitos de leccionação, dividido em duas fases. Na primeira serão leccionados os conteúdos discriminados nos módulos II a VI e durante a segunda será leccionado o módulo I e proceder-se-á à avaliação final dos candidatos. Em cada curso não se admitirão mais de 20 candidatos.



2.3.3. Treinador 2º grau (Vela ou P.A.V.)

Módulo I A gestão; o planeamento do processo de treino8 horas
Módulo II A preparação física16 horas
Módulo III A preparação psicológica8 horas
Módulo IV A preparação da embarcação; afinação estática24 horas
Módulo V A preparação técnica; velocidade; afinação dinâmica16 horas
Módulo VI A preparação tática e estratégica; micrometeorologia16 horas
Módulo VII A participação na competição16 horas
Módulo VIII Avaliação8 horas

Desenvolvimento:

O curso será leccionado por módulos; os candidatos inscrever-se-ão para a frequência de cada módulo segundo as suas disponibilidades pessoais, excepto para o VIIIº em que só serão admitidos após frequência de todos os outros e informação favorável dos respectivos prelectores. A leccionação de cada módulo será realizada com um máximo de 15 candidatos.

2.3.4. - Treinador 1º Grau (Vela ou P.A.V.)

A definir após realização do 1º curso de treinadores de 2º grau.

2.3.5. - Treinador Assessor

A formação do treinador assessor consistirá em:

Licenciatura em Educação Física e/ou Desporto e curso de treinador de 2º grau.



2.4. - Manual

O detalhe dos conteúdos leccionados pela F.P.V. constará do competente manual de cada curso, constituído pela respectiva documentação de apoio.

2.5. - Avaliação

A classificação final dos cursos de instrutor e treinador da F.P.V., será de APTO ou INAPTO, tendo como base a avaliação final e uma avaliação contínua ao longo do curso, integrando provas teóricas e práticas.

2.6. - Presença dos candidatos nas sessões

A frequência às várias sessões teóricas e práticas, que integram um curso de formação da F.P.V. é obrigatória para todos os candidatos, pelo que qualquer falta injustificada é motivo suficiente para eliminação automática do candidato.

A existência de situações verdadeiramente especiais que possam levar um candidato a ter de se ausentar durante algum tempo, terão de ser apresentadas previamente ao Director do Curso que terá a competência para decidir sobre a viabilidade dessa situação, nunca se alcançando, mesmo neste caso, um número total de faltas que ultrapasse os 10% de carga horária total do Curso (ou do respectivo Módulo, no caso do curso de treinador de 2º grau).

Cabe ao Director do Curso decidir sobre os casos omissos surgidos durante a realização do mesmo bem como sobre a criação de formas de recuperação para as sessões não frequentadas e ainda sobre a definição das sessões a que não é possível faltar, atendendo à sua importância particular e à carga horária total para elas prevista.



Artigo 3º - Admissão

Constituem condições de admissão aos cursos:

3.1. - Instrutor de Vela ou Instrutor de P.A.V.

- a) Ser proposto por um clube sócio da F.P.V.
- b) Ser portador de licença desportiva válida da F.P.V.
- c) Saber velejar dominando as técnicas correspondentes ao governo e manobra do barco (ou P.A.V.) nos termos exigidos ao nível do final do aperfeiçoamento, definidos no manual do instrutor.
- d) Possuir carta desportiva náutico válida, na graduação, no mínimo, de marinheiro.
- e) Possuir como habilitações literárias mínimas, o 9º ano de escolaridade ou equivalente.
- f) Ter a idade mínima de 18 anos na data de conclusão do curso.

3.2. - Treinador de Vela 3º Grau ou Treinador de P.A.V. 3º Grau:

- a) Ter exercido a actividade de Instrutor na respectiva especialidade durante, pelo menos, uma época (mínimo 6 meses), após a obtenção do diploma de Instrutor, no seio de um clube ou em ligação com outra entidade como intervenção na vela; no caso ter havido interrupção na actividade, o tempo de prática referido deve ter sido realizado durante os 3 anos que antecedem o momento da candidatura.
- b) Ter currículo de participação em regatas tendo participado em, pelo menos, 3 provas oficiais da respectiva especialidade (Vela ou P.A.V.).
- c) Ter frequentado as acções de reciclagem destinadas a instrutores.

3.3. - Treinador de Vela 2º Grau ou Treinador de P.A.V. 2º Grau:

- a) Possuir o diploma de treinador de 3º Grau na respectiva especialidade.
- b) Ter exercido a actividade de treinador na respectiva especialidade durante, pelo menos, 1 ano após a obtenção do grau anterior; no caso de ter havido interrupção na actividade, o tempo de prática deve ter sido realizado durante os 5 anos que antecedem o momento da candidatura.
- c) Ter frequentado as acções de reciclagem destinadas a treinadores de 3º grau.



3.4. - **Treinador de Vela de 1º Grau ou treinador de P.A.V. 1º Grau:**

- a) Possuir o diploma de treinador de 2º grau na respectiva especialidade.
- b) Ter exercido a actividade de treinador na respectiva especialidade durante, pelo menos, 1 ano após obtenção da graduação anterior; no caso de ter havido interrupções na actividade, o tempo de prática deve ter sido realizado nos 4 anos que antecedem o momento da candidatura.
- c) Apresentar o projecto de um trabalho baseado na reflexão e experiência vivida da modalidade, susceptível de vir a ser executado e/ou completado de modo a poder integrar-se no processo de avaliação em curso.
- d) Ter participado nas acções de reciclagem destinadas a treinadores de 2º grau.

3.5. - **Treinador Assessor**

Terão acesso a este grau os licenciados em Educação Física e/ou Desporto que possuam o diploma de treinador de 2º grau.

Artigo 4º - Reciclagem

A partir da categoria de treinador de 3º grau, inclusive, as acções de reciclagem, com uma duração mínima de 20 horas, têm carácter obrigatório realizando-se, em princípio, bianualmente, competindo ao Departamento Técnico da FP.V. a convocação dos técnicos a reciclar.

Artigo 5º - Comprovação do Exercício da Actividade

É obrigatória a posse de licença desportiva válida da F.P.V., na categoria de treinador, para efeitos de exercício reconhecido da actividade.

A comprovação do exercício da actividade será efectuada, anualmente, através da declaração competente do(s) clube(s) ou outra entidade com intervenção na vela onde aquela actividade estiver a ser desempenhada.

Para este efeito os técnicos deverão manter o Departamento Técnico da F.P.V. informado quanto ao(s) horário(s) e clube(s) onde exercem a actividade através do envio de um impresso cujo modelo será fornecido pela Federação.

Artigo 6º - Equivalências

6.1. São equivalentes a categoria de treinador de 3º grau os cursos anteriormente designados por monitor D.G.D. e os cursos designados de treinador de 3º grau efectuados sob a égide da F.P.V. até 1986.

6.2. São equivalentes a categoria de Instrutor os diplomas de monitor atribuídos pela Federação Portuguesa de Vela entre 1989 e 1993.



6.3. A todo o velejador com o estatuto de alta competição, que o solicite, é atribuído o grau de instrutor na especialidade em que tiver aquele estatuto, (Vela ou P.A.V.) desde que seja maior de 18 anos e portador da carta de desportista náutico na graduação de (no mínimo) marinheiro.

6.4. Todos os prelectores de um curso de um determinado grau que o frequentem a tempo inteiro e que reúnam as condições de admissão ao mesmo, adquirem o grau a que o curso se refere.

6.5. A todo o licenciado em educação física ou desporto, que preencha os requisitos expostos no ponto 3.1. do Artigo 3º, será concedida a equivalência à graduação de instrutor na respectiva especialidade, desde que o solicite.

6.6. A todo o licenciado em Educação Física ou Desporto, que preencha os requisitos expostos no ponto 3.1. do Artigo 3º e o exposto na alínea b) do ponto 3.2. do mesmo Artigo será concedida a equivalência à graduação de treinador de 3º grau na respectiva especialidade, desde que o solicite.

Artigo 7º - Disposição Transitória

O presente regulamento substitui o anterior sobre a mesma matéria publicada pela Federação Portuguesa de Vela em Novembro de 1989.

Artigo 8º - Casos Omissos

Os casos omissos que eventualmente surjam serão apreciados pelo Departamento Técnico da F.P.V. e, após parecer deste, decididos pela Direcção da Federação Portuguesa de Vela.