



# QUESTÕES FREQUENTES

Formação e Certificação em Atividades Subaquáticas

## ÍNDICE DE QUESTÕES

Q1. Como posso pedir equivalência a outros cursos de treinadores?	2
Q2. Sou Licenciado na área do Desporto, tenho que fazer o curso completo?	2
Q3. O que é o Certificado de Reconhecimento de Competências (CRC)?	2
Q4. O que é o Título Profissional de Treinador/a de Desporto em Atividades Subaquáticas? Existe um Plano de Carreira de Treinador?	3
Q5. Que perfil de treinador/a tem o Título Profissional de Treinador/a de Desporto em Atividades Subaquáticas - Grau I ?	4
Q6. Que saídas profissionais tenho com o tem o Título Profissional de Treinador/a de Desporto em Atividades Subaquáticas - Grau I ?	7
Q7. Que competências tem o treinador/a de Atividades Subaquáticas - Grau I ?	7
Q8. Um treinador/a de Atividades Subaquáticas pode planear e orientar aulas em piscinas?	7
Q9. Sou instrutor de mergulho em apneia, posso exercer a minha atividade sem um título profissional de treinador de desporto em atividades subaquáticas?	8

## Q1. Como posso pedir equivalência a outros cursos de treinadores?

Todos os formandos que pretendam obter reconhecimento de uma ou mais Componentes de Formação, deverão realizar o pedido do Certificado de Reconhecimento de Competências (CRC) através da sua área privada na plataforma ProDesporto.

**Consultar:** <https://ipdj.gov.pt/formação-ensino-superior>

**ProDesporto:** <http://prodesporto.idesporto.pt>

## Q2. Sou Licenciado na área do Desporto, tenho que fazer o curso completo?

O primeiro passo que terá de realizar é confirmar se o seu estabelecimento de ensino superior tem o curso reconhecido pelo Instituto Português do Desporto e da Juventude ([www.idesporto.pt](http://www.idesporto.pt)).

Depois deste passo deverá requerer o Certificado de Reconhecimento de Competências - CRC. O CRC irá definir que unidades de formação terá de equivalência.

**ProDesporto:** <http://prodesporto.idesporto.pt>

## Q3. O que é o Certificado de Reconhecimento de Competências (CRC)?

O **Certificado de Reconhecimento de Competências - CRC** certifica que o seu titular possui qualificações para requerer equivalência a uma ou mais componentes de formação que constituem as formações de treinadores (curso). O CRC deverá ser requerido diretamente no website [prodesporto.idesporto.pt](http://prodesporto.idesporto.pt) do Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ).

Para efetuar o pedido de emissão do Certificado de Reconhecimento de Competências, o formando deve seguir os seguintes passos:

1. O processo de emissão de um CRC decorre na plataforma Prodesporto (<http://prodesporto.idesporto.pt/>) devendo começar por efetuar o seu registo e aguardar a respetiva confirmação;

2. Na posse dos dados de acesso deve entrar na Prodesporto e escolher (em cima) – certificação;
3. Do lado esquerdo escolher Treinador de Desporto – certificado de reconhecimento de competências – pedidos – emissão de certificado;
4. Seguir os passos indicados e anexar, quando solicitado, o comprovativo da conclusão da licenciatura. É necessário verificar se o curso em causa foi submetido e apreciado positivamente para a formação geral – ver em <https://ipdj.gov.pt/formação-ensino-superior>.
5. Aguardar a apreciação feita pelo IPDJ.

## Q4. O que é o Título Profissional de Treinador/a de Desporto em Atividades Subaquáticas? Existe um Plano de Carreira de Treinador?

O Título Profissional de Treinador/a de Desporto (TPTD) é o documento oficial que habilita e regula o exercício das funções de treinador/a.

A responsabilidade da emissão do TPTD é do Instituto Português do Desporto e Juventude, I.P. (IPDJ, IP).

O TPTD tem uma validade de 3 anos, possui um carácter virtual sendo emitido através da utilização da plataforma eletrónica denominada PRODesporto.

O TPTD - Grau I em Atividades Subaquáticas é o primeiro grau da carreira de treinadores de atividades subaquáticas. O Plano de carreira dos Treinadores está dividido em 4 graus, sendo o grau 4 o mais elevado.

O GRAU I é denominado de "Atividades Subaquáticas" por ser a formação de base de todas as modalidades desportivas subaquáticas, dando a capacidade do seu titular orientar a prática do Mergulho em Apneia, da Natação com Barbatanas, do Hóquei e do Râguebi Subaquático.

Na progressão de carreira, o Treinador de Atividades Subaquáticas terá de escolher uma ou mais modalidades de especialidade. Os ramos de especialidade iniciam-se no Grau II e seguem até ao Grau IV, sendo que um treinador não pode transitar do Grau II de um ramo de especialidade para o Grau III de outra especialidade, terá sempre de cumprir progressão de carreira no mesmo ramo ou ramos de especialidade.

## Q5. Que perfil de treinador/a tem o Título Profissional de Treinador/a de Desporto em Atividades Subaquáticas - Grau I ?

### OBJECTIVO GLOBAL DA ACTIVIDADE

Conduzir directamente as actividades técnicas elementares associadas às fases iniciais da actividade ou carreira dos praticantes ou a níveis elementares de participação competitiva, sob coordenação de profissionais com Título Profissional de Treinador/a de Desporto (TPTD) de Grau superior e/ou coadjuvar a condução do treino e orientação competitiva de praticantes nas etapas subsequentes de formação desportiva.

### ACTIVIDADES

1. Organiza a sessão de treino.
2. Dirige a sessão de treino.
3. Avalia a sessão de treino.
4. Organiza competições não formais.
5. Organiza a participação dos praticantes em competição.
6. Orienta os praticantes em competição.
7. Avalia os praticantes em competição.
8. Participa no planeamento da actividade de treino.
9. Participa no planeamento da actividade de competição.
10. Participa na actividade de recrutamento de praticantes da modalidade.
11. Administra os primeiros socorros em caso de necessidade.
12. Regista a actividade de treino e de competição relacionada com os praticantes.

## COMPETÊNCIAS

### SABERES (Conhecimento)

O Treinador de Grau I tem conhecimentos/conhece:

1. sobre o papel do desporto na formação pessoal, social e desportiva dos praticantes.
2. a relevância e os mecanismos da fidelização à prática desportiva a longo prazo.
3. acerca da modalidade desportiva adequados ao nível de intervenção.
4. precursores da criação de ambientes positivos de aprendizagem.
5. os métodos instrucionais em treino desportivo.
6. a estrutura da sessão de treino.
7. elementares sobre os procedimentos de organização, gestão e avaliação do treino.
8. as etapas de desenvolvimento cognitivo, psicológico e motor, e as suas implicações para a prática do treino.
9. elementares acerca das etapas de formação desportiva a longo prazo.
10. básicos para a avaliação da execução das habilidades desportivas elementares.
11. os fundamentos de uma educação para a saúde.
12. elementares sobre primeiros socorros e suporte básico de vida.
13. a estrutura da carreira de treinador desportivo e as respectivas exigências.

### SABERES-FAZER

O treinador de Grau I é capaz de:

1. utilizar técnicas e estratégias de comunicação em função das necessidades contextuais.
2. organizar os praticantes, o equipamento e as infra-estruturas na sessão de treino, assegurando as necessárias condições de segurança.
3. dirigir os praticantes na sessão de treino, assegurando o exercício das competências de ensino fundamentais (explicação, demonstração, observação e correcção).
4. avaliar o treino dos praticantes, analisando as atitudes, os comportamentos e os resultados alcançados. organizar competições não formais, criando condições de

equidade de participação e valorizando o gosto pela modalidade e pelo espírito desportivo.

6. organizar e orientar os praticantes na preparação e na realização da competição, assegurando as condições de segurança e a salvaguarda dos mais elevados valores éticos da prática desportiva.

7. avaliar os praticantes e a equipa em competição, analisando as atitudes, os comportamentos e os resultados alcançados.

8. participar na concepção do planeamento da actividade de treino e de competição.

9. participar no recrutamento de praticantes para a prática da modalidade desportiva.

10. promover o registo de toda a informação da unidade de treino e da competição pertinente para a monitorização da actividade desportiva do praticante.

11. aplicar técnicas elementares de primeiros socorros e de suporte básico de vida e de identificar os estados traumáticos que justificam o recurso a agentes especializados.

## SABERES-SER

### O Treinador de Grau I:

1. valoriza o recurso a formas de comunicação compreensíveis e acessíveis a todos os praticantes.

2. valoriza o espírito desportivo em todos os ambientes e circunstâncias de prática desportiva.

3. promove e dinamiza o sentido de responsabilidade e de autonomia dos praticantes.

4. valoriza e encoraja atitudes e comportamentos proactivos dos praticantes.

5. adopta boas práticas profissionais, eticamente fundadas, no exercício da actividade.

6. assume atitudes e comportamentos que dignificam a figura do praticante desportivo.

7. valoriza a participação efectiva de quem assume responsabilidade parental no apoio e acompanhamento da actividade desportiva dos praticantes.

8. encoraja, nos praticantes, a fidelização à prática desportiva e o desenvolvimento de hábitos de vida saudáveis.

## Q6. Que saídas profissionais tenho com o tem o Título Profissional de Treinador/a de Desporto em Atividades Subaquáticas - Grau I ?

O TPTD dá-lhe acesso a exercer funções de treinador nas etapas elementares de formação desportiva, podendo ser treinador adjunto de treinadores com qualificação superior em todas as etapas de formação.

A profissão de treinador/a de Atividades Subaquáticas está normalmente relacionada com a orientação de sessões de treino (aulas) em planos aquáticos de piscina ou águas abertas.

## Q7. Que competências tem o treinador/a de Atividades Subaquáticas - Grau I ?

O/A treinador/a de Atividades Subaquáticas tem competência para orientar praticantes desde as primeiras etapas de formação, desde a adaptação ao meio aquático (> 3 anos), não incluindo a natação para bebés, sendo que o plano de carreira do praticante de atividades subaquáticas encontra-se incluído a adaptação ao meio aquático, ensino das técnicas alternadas, ensino das técnicas simultâneas associadas à Natação com Barbatanas e Mergulho em Apneia e Jogos coletivos subaquáticos (Hóquei e Râguebi Subaquático).

## Q8. Um treinador/a de Atividades Subaquáticas pode planejar e orientar aulas em piscinas?

Sim. Um/a treinador/a de Atividades Subaquáticas está habilitado/a a planejar e orientar sessões de treino (aulas) em piscina e em águas abertas. Está ainda habilitado a exercer funções em três vias distintas:

- Via da Prática (lazer)
- Via Competitiva
- Via do Desporto Adaptado

## Q9. Sou instrutor de mergulho em apneia, posso exercer a minha atividade sem um título profissional de treinador de desporto em atividades subaquáticas?

Não. Em Portugal não existe qualquer enquadramento legal para as certificações de praticantes ou instrutores de mergulho em apneia (ao contrário do mergulho recreativo que apresenta uma lei e enquadramento próprio).

Aos olhos da lei o mergulho em apneia é uma modalidade desportiva e logo apresenta orientação obrigatória dos seus praticantes por treinadores.

Os praticantes formados tanto nos sistemas de formação de mergulho recreativo reconhecidos em Portugal da CMAS, da SSI, da PADI e da SDI ou pelos restantes sistemas de formação 100% direccionados para o mergulho em apneia têm obrigatoriamente de ser orientador por treinadores de Atividades Subaquáticas.

Os instrutores formados tanto nos sistemas de formação de mergulho recreativo reconhecidos em Portugal da CMAS, da SSI, da PADI e da SDI ou pelos restantes sistemas de formação 100% direccionados para o mergulho em apneia para exercerem a orientação de praticantes durante os cursos de formação de praticantes, no mínimo, têm obrigatoriamente de ser detentores do TPTD Grau I - Atividades Subaquáticas.

É importante esclarecer que a atividade de "snorkelling" pode ser enquadrada por instrutores de mergulho recreativo, não devendo esta atividade ser confundida com a modalidade de mergulho em apneia ou "freediving", seja ela na sua vertente competitiva, lazer ou de desporto adaptado.