



CURSO NACIONAL PARA FORMAÇÃO DE TREINADORES DE MARATONA AQUÁTICA

Público-alvo:

Profissionais de Educação Física, Esporte e áreas afins que atuam ou pretendem atuar como treinador(a) de maratona aquática.

Objetivo:

Proporcionar formação e desenvolvimento especializado ao(à) profissional que atua ou pretende atuar como treinador(a) de maratona aquática em clubes, associações, escolas, academias e assessorias esportivas. Contribuir com a prática profissional competente, atualizada cientificamente, adequada aos atletas e que atenda as demandas do esporte na atualidade.

Inscrição:

A inscrição será realizada por meio da plataforma CBDA EAD.

Certificação:

Para obter a certificação de conclusão do curso os alunos serão submetidos a avaliação teórico-prática por meio de provas, apresentação de trabalhos em grupo e participação nas discussões propostas.

Número de vagas:

50 alunos

Carga horária total:

72 horas

Material didático:

Os alunos terão acesso às vídeo-aulas às segundas-feiras e às quartas-feiras (eventuais) pela plataforma CBDA EAD. Serão aplicados cinco Módulos com os temas abaixo divididos em tópicos compostos pelas referidas vídeo-aulas, leituras e material complementar.

Módulo 1 – Treinamento em Longo Prazo e a Especialização Esportiva (8h)

Módulo 2 – Princípios do Treinamento Esportivo (8h)

Módulo 3 – Periodização do Treinamento Esportivo (24h)

Módulo 4 – Preparação técnica e tática da modalidade (8h)

Módulo 5 – Treinamento condicional, metodologia aplicada e controle do treino (24h)



Cronograma:

Inscrição: 01/12/2020 a 09/12/2020

Avaliação prévia: 10/12/2020

Publicação dos aprovados: 12/12/2020

Módulos: 14/12/2020 a 30/01/2021

Módulo 1: 14/12/2020

Módulo 2: 16/12/2020

Módulo 3: 21/12/2020

Módulo 4: 11/01/2021

Módulo 5: 18/01/2021

Avaliação final: 31/01/2021

Publicação dos aprovados: 02/02/2021

O curso é totalmente gratuito, não havendo nenhuma taxa de inscrição, matrícula ou mensalidade a ser efetuada.

Edital de seleção para ingresso
CURSO NACIONAL DE FORMAÇÃO PARA TREINADORES DE MARATONA AQUÁTICA

1. Inscrições on-line

- 1.1. As inscrições para o curso nacional de formação para treinadores de maratona aquática estarão disponíveis no período de 01 a 09 de dezembro de 2020 por meio do seguinte link: <https://cbda-ead.bigmidia.com/registrar/>
- 1.2. Os documentos solicitados deverão ser digitalizados e salvos em formato PDF e anexados na plataforma CBDA EAD. A inscrição será considerada efetivada somente mediante envio dos seguintes documentos:
 - a) Cópia do Diploma ou Certificado de Conclusão de Curso de Graduação em Educação Física, Esporte ou áreas afins
 - b) Cópia do Diploma ou Certificado de Conclusão de Curso de Pós-Graduação (Lato Sensu ou Stricto Sensu) a partir de 360 horas em Natação, Maratona Aquática ou Atividades Aquáticas, se houver



- c) Cópia do Diploma ou Certificado de Conclusão de Curso de Pós-Graduação (Lato Sensu ou Stricto Sensu) a partir de 360 horas em Fisiologia do Exercício, Biomecânica ou Treinamento Esportivo, se houver;
- d) Cópia do Diploma ou Certificado de Conclusão de Curso de Aperfeiçoamento, Extensão ou Curta Duração, entre 40 e 359 horas, específicos em Natação, Maratona Aquática ou Atividades Aquáticas, se houver.
- e) Cópia da Cédula de Identidade

1.3. Não serão aceitas as inscrições realizadas fora do prazo ou sem os devidos documentos comprobatórios.

2. Processo Seletivo

2.1. O Processo Seletivo será composto por: a) avaliação por meio de prova de conhecimentos básicos sobre a modalidade e b) análise dos documentos comprobatórios enviados durante o período de inscrição conforme pontuação abaixo:

- a) Para a análise do Diploma ou Certificado de Conclusão de Curso de Graduação em Educação Física, Esporte ou áreas afins serão considerados: 1,0 (um) ponto.
- b) Para a análise do Diploma ou Certificado de Conclusão de Curso de Pós-Graduação (Lato Sensu ou Stricto Sensu) a partir de 360 horas em Natação, Maratona Aquática ou Atividades Aquáticas serão considerados: 3,0 (três) pontos.
- c) Para a análise do Diploma ou Certificado de Conclusão de Curso de Pós-Graduação (Lato Sensu ou Stricto Sensu) a partir de 360 horas em Fisiologia do Exercício, Biomecânica ou Treinamento Esportivo serão considerados: 1,0 (um) ponto.
- d) Para a análise do Diploma ou Certificado de Conclusão de Curso de Aperfeiçoamento, Extensão ou Curta Duração, entre 40 e 359 horas, específicos em Natação, Maratona Aquática ou Atividades Aquáticas serão considerados: 2,0 (dois) pontos.

2.2. Serão considerados selecionados para o curso os 50 (cinquenta) candidatos com maior nota somando os pontos obtidos nos itens 2.1.a), 2.1.b), 2.1.c), 2.1.d) e prova de conhecimentos básicos sobre a modalidade.

2.3. Todos os candidatos inscritos estão convocados para a prova de conhecimentos básicos sobre a modalidade que será realizada dia 10/12/2020 remotamente, via plataforma CBDA EAD.

2.4. Esta avaliação terá como base os seguintes temas e bibliografias:

- a) Temas: Treinamento em Longo Prazo e a Especialização Esportiva, Princípios do Treinamento Esportivo, Periodização do Treinamento Esportivo, Preparação técnica e tática da modalidade, Treinamento condicional, Metodologia aplicada e Controle do treino.



b) Bibliografia:

- i. BALDASSARRE, R.; BONIFAZI, M.; ZAMPARO, P.; PIACENTINI, M. F. Characteristics and challenges of open-water swimming performance: a review. **International Journal of Sports Physiology and Performance**, v. 12, n. 10, p. 1275-1284, 2017.
 - ii. BALYI, I.; WAY, R.; HIGGS, C. **Long-term athlete development**. Human Kinetics, 2013.
 - iii. BOURDON, P. C.; CARDINALE, M.; MURRAY, A.; GASTIN, P.; KELLMANN, M.; VARLEY, M. C.; GABBETT, T. J.; COUTTS, A. J.; BURGESS, D. J.; GREGSON, W. Monitoring Athlete Training Loads: Consensus Statement. **International Journal of Sports Physiology and Performance**, v. 12, n. Suppl 2, p. S2-161-S2-170, 2017.
 - iv. FARTO, E. R. **Treinamento da natação competitiva: uma abordagem metodológica**. São Paulo, SP: Phorte, 2010.
 - v. FARTO, E.R. **Natação: Desenvolvimento e Alto Rendimento. O Treinamento da Resistência Aeróbia e Anaeróbia**. Londrina, PR: Sport Training, 2014.
 - vi. ISSURIN, V. New horizons for the methodology and physiology of training periodization. **Sports Medicine**, v. 40, n. 3, p. 189-206, 2010.
 - vii. KIELY, J. Periodization theory: Confronting an Inconvenient Truth. **Sports Medicine**, v. 48, n. 4, p. 753-764, 2018.
 - viii. MAGLISCHO, E. W. **Nadando o mais rápido possível**. 3 ed. Barueri, SP: Manole, 2010.
- 2.5. A prova de conhecimentos básicos sobre a modalidade será composta de 10 questões de múltipla escolha, terá a duração de 60 minutos e estará disponível na plataforma CBDA EAD das 0:00 do dia 10/12/2020 até às 23:59h do dia 10/12/2020.

3. Certificação

- 3.1. A certificação será concedida aos candidatos aprovados nos cinco módulos e na avaliação final com o mínimo de sete.
- 3.2. A avaliação final será composta de 10 questões de múltipla escolha, terá a duração de 60 minutos e estará disponível na plataforma CBDA EAD das 0:00 do dia 31/01/2021 até às 23:59h do dia 31/01/2021.