



Curso de **Nadador Salvador**

Curso de **Nadador Salvador**

ÀREA

813 - Desporto

DURAÇÃO

150 Horas

DESTINATÁRIOS

Aqueles que pretendam uma qualificação profissional certificada para o exercício da atividade de Nadador-Salvador em praias marítimas, praias fluviais e piscinas.

CONDIÇÕES DE ADMISSÃO

Condições gerais de admissão:

Constituem requisitos gerais de admissão para o curso de nadador-salvador profissional:

- a) Ser maior de idade na data das provas de admissão;
- b) Apresentar atestado médico comprovativo da robustez física e perfil psíquico para o exercício da atividade de nadador-salvador;
- c) Possuir escolaridade mínima obrigatória;
- d) Apresentar documento que ateste as atividades profissionais desenvolvidas e outros elementos relevantes para a avaliação da sua capacidade para a frequência do curso a que se candidatam;
- e) Ter domínio da língua portuguesa e conhecimentos de língua inglesa.

Condições específicas de admissão:

O ingresso na categoria de nadador-salvador implica ser aprovado no exame de admissão ao curso que habilita ao ingresso nesta categoria, do qual devem constar as seguintes provas:

- a) Nadar 100 metros livres, exceto decúbito dorsal, no tempo máximo de 1 minuto e 50 segundos;
- b) Natação subaquática durante o tempo mínimo de 20 segundos;
- c) Nadar 25 metros em decúbito dorsal, no tempo máximo de 1 minuto e 50 segundos;
- d) Apanhar dois objetos a uma profundidade mínima de 2 metros;
- e) Percorrer uma distância de 2400 metros em terreno sensivelmente plano num tempo máximo de 14 minutos.

DOCUMENTOS NECESSÁRIOS

- Cópia do Cartão de Cidadão (CC);
- Cópia do Certificado de Habilitações (CH);
- CV atualizado;
- Foto tipo passe (fundo branco);
- Atestado Médico para a atividade (passado pelo médico de família);
- Taxa Exame (EEAT) – 35,70€;
- Morada completa (para emissão do recibo do pagamento);

METODOLOGIA DE ENSINO DE APRENDIZAGEM

A metodologia de ensino-aprendizagem passará por uma organização da formação enquanto formação presencial: formação presencial em sala, em que o formador assume o papel de facilitador das aprendizagens.

A metodologia a adotar assenta na articulação de legislação e de um vasto conjunto de manuais teóricos (para estudo), como recursos pedagógicos de apoio especialmente concebidos, bem como sessões de esclarecimento em sala.

RESULTADOS ESPERADOS APÓS A FORMAÇÃO

Pretende-se que no final do curso de nadador-salvador, os profissionais formados possuam condição necessária para o exercício da atividade do nadador-salvador em praias marítimas, praias fluviais e piscinas.

OBJETIVO GERAL

Dotar os formandos de capacidades e competências na área do salvamento aquático para desempenharem funções como nadador-salvador.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

No final da formação, os formandos deverão ter adquirido conhecimentos e deverão ter desenvolvido competências que lhes permitam:

- Identificar tipos, características e utilização dos diferentes equipamentos de salvamento aquático.
- Utilizar técnicas de operação de sistemas de comunicação.
- Utilizar técnicas de salvamento aquático.
- Aplicar técnicas de suporte básico de vida adaptado ao meio aquático.
- Utilizar técnicas de salvamento aquático em zonas de água doce.
- Utilizar as técnicas específicas de salvamento aquático para salvamento em piscinas e recintos aquáticos.
- Utilizar as técnicas de simulação de acidentes em ações de prevenção.
- Quando habilitado para o efeito, utilizar em contexto de assistência a banhistas os meios complementares adstritos à segurança balnear.
- Colaborar com o ISN e agentes da autoridade ou outras entidades habilitadas em matérias de segurança dos banhistas, designadamente na vigilância e prevenção de acidentes no meio aquático.
- Usar uniforme, de acordo com o regulamento em vigor, permitindo a identificação por parte dos utilizadores e autoridades de que se encontra no exercício da sua atividade profissional.

CONTEÚDOS DE FORMAÇÃO

1 – Enquadramento Histórico, Legal e Cívico do nadador-salvador

1.1- Enquadramento Histórico:

- Enquadramento histórico do ISN.
- A evolução histórica da assistência a banhistas.

1.2-Enquadramento Legal:

- Legislação em vigor que defina:
- As competências do ISN;
- O regime jurídico aplicável ao nadador-salvador;
- A atividade profissional do nadador-salvador;
- Os uniformes do nadador-salvador;
- Os equipamentos e materiais a serem utilizados pelos nadadores-salvadores;
- A sinalética;
- O regime sancionatório aplicável ao nadador-salvador;
- Regras de abordagem perante um banhista;
- Regulamento e normas de conduta de nadador-salvador;
- Conduta profissional.

1.3-Enquadramento Cívico:

- Conselhos aos banhistas.
- Perigos ambientais.
- Principais problemas ambientais associados à profissão do nadador-salvador.
- Promoção de boas práticas para o meio ambiente.
- Higiene, Saúde e Segurança no Trabalho (HSST):
- A importância da HSST para o nadador-salvador;
- Perigos e riscos para o nadador-salvador.
- Saúde ocupacional:
- Melhorar aspetos da saúde do nadador-salvador;
- Aspetos específicos para melhorar a condição física.

CONTEÚDOS DE FORMAÇÃO

2 - Morfologia e Material de Praias

- Praias.
- Definição.
- Praias marítimas:
- Tipos de ondas;
- Correntes;
- Marés.
- Praias fluviais:
- Perigos ambientais.
- Material e equipamentos de assistência a banhistas.
- Planos Integrados:
- Plano Integrado de Assistência a Banhistas (PIAB);
- Plano Integrado de Salvamento (PIS);
- Dispositivo de Segurança.

3 - Classificação, Riscos e Dispositivos de segurança em Piscinas

- Piscinas.
- Definição.
- Classificação e tipologia.
- Perigos e riscos:
- Ambientais;
- Humanos.
- Material e equipamentos de assistência a banhistas.
- Plano Integrado:
- Dispositivo de Segurança (DS).
- Sistemas de vigilância.
- Sistemas de observação.
- Sinalética.

CONTEÚDOS DE FORMAÇÃO

4 – Abordagem geral de noções básicas de primeiros socorros

- O Sistema Integrado de Emergência Médica – SIEM:
- Componentes, intervenientes e forma de funcionamento;
- Número europeu de socorro 112.
- Cadeia de sobrevivência:
- Conceito e importância;
- Elos e princípios subjacentes.
- Riscos para o Reanimador:
- Riscos para o reanimador e para a vítima;
- Condições de segurança e medidas de proteção universais.
- Manobras de Suporte Básico de Vida:
- Conceito de acordo com o algoritmo vigente;
- Procedimentos e sequência;
- Insuflações e compressões torácicas;
- Problemas associados.
- Posição Lateral de Segurança:
- Como e quando a sua utilização.
- Obstrução da via aérea:
- Situações de obstrução parcial e total;
- Tipos e causas de obstrução.
- Exame à vítima:
- Estado de consciência da vítima e permeabilidade da via aérea;
- Características da respiração, pulso e pele.
- As emergências médicas mais frequentes:
- Principais sinais e sintomas.
- Principais cuidados a prestar:
- Problemas cardíacos;
- Problemas respiratórios;
- Acidente vascular cerebral;
- Diabetes;
- Crises convulsivas;
- Situações de intoxicação.

CONTEÚDOS DE FORMAÇÃO

- Limites de intervenção na perspetiva de cidadão e de auxiliar de saúde
- Principais tipos de traumatismos:
- Traumatismos de tecidos moles (feridas e hemorragias);
- Queimaduras;
- Traumatismos dos membros;
- Limites de intervenção na perspetiva de cidadão e de auxiliar de saúde.
- Tarefas que, em relação a esta temática, se encontram no âmbito de intervenção do TAS.
- Tarefas que, sob orientação de um profissional de saúde, tem de executar sob sua supervisão direta.
- Tarefas que, sob orientação e supervisão de um profissional de saúde, pode executar sem apoio.

5 – Primeiros Socorros específicos do salvamento no meio aquático

- Cadeia de sobrevivência:
- Conceito e importância;
- Elos e princípios subjacentes.
- Riscos para o Reanimador:
- Riscos para o reanimador e para o náufrago;
- Condições de segurança e medidas de proteção universais.
- Manobras de Suporte Básico de Vida aplicado ao afogamento:
- Conceito de acordo com o algorítmico vigente;
- Procedimentos e sequência;
- Insuflações e compressões torácicas;
- Problemas associados.
- Oxigenoterapia:
- Conceito e importância;
- Métodos para administrar oxigénio;
- Equipamentos para a administração de oxigénio;
- Cuidados a ter na administração do oxigénio.

CONTEÚDOS DE FORMAÇÃO

6 – Técnicas de resgate aplicáveis ao salvamento no meio aquático

- Fases do salvamento (algoritmo do salvamento):

- Reconhecimento;

- Planeamento;

- Ação.

- Tipos de náufragos:

- Naufrago consciente cansado;

- Naufrago consciente em pânico;

- Naufrago aparentemente inconsciente.

- Triagem de náufragos.

- Técnicas de entrada na água:

- Em deslize;

- Corrida e nado;

- Salto na passada;

- Mergulho.

- Técnicas de aproximação ao naufrago.

- Técnicas de salvamento com meios:

- Boia circular;

- Boia torpedo;

- Cinto de salvamento;

- Vara de salvamento;

- Carretel;

- Prancha de salvamento.

- Técnicas de salvamento sem meios:

- Reboque convencional;

- Reboque pelos maxilares;

- Reboque pelas axilas;

- Reboque com braços em V;

- Reboque cruzado.

- Técnicas de libertação:

- Estrangulamento de frente;

- Estrangulamento de costas;

- Prisão das mãos;

- Gravata de frente;

- Abraço de costas com prisão dos braços;

CONTEÚDOS DE FORMAÇÃO

- Prisão de dois pés.
- Aplicar técnicas de evacuação do náufrago na água:
- Praia:
- Marcha com assistência ao náufrago;
- Arrasto;
- «À bombeiro»;
- A dois.
- Piscina:
- Declive suave; • Declive acentuado;
- Sinalética entre nadadores-salvadores.

7 – Treino da Condição Física

- Natação.
- Aperfeiçoamento das técnicas:
- Crawl;
- Bruços;
- Costas;
- Mariposa;
- Natação de salvamento.
- Treino de velocidade e resistência.
- Corrida.
- Aperfeiçoamento da técnica de corrida.
- Treino de velocidade e resistência

METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

A avaliação constitui o processo regulador das aprendizagens, orientador e certificador das diversas aquisições de saberes realizadas pelos formandos ao longo dos cursos, nos termos afixados nas normas de frequência, avaliação e classificação dos cursos de formação de nadador-salvador.

É da responsabilidade dos formadores da escola procederem às avaliações dos módulos ou UFCD, sob supervisão do diretor técnico.

O aproveitamento em todos os módulos/UFCD não confere a certificação para o exercício da atividade de nadador-salvador.

O formando só fica habilitado a exercer as respetivas atividades profissionais após a realização do Exame Específico de Aptidão Técnica (EEAT) da respetiva categoria, com a obtenção da classificação de habilitado.

É da responsabilidade da EFNSP submeterem os formandos com aproveitamento em todos os módulos ou UFCD ao EEAT para o acesso ao exercício da respetiva atividade.

O EEAT tem como principal objetivo avaliar os conhecimentos e as competências adquiridas no âmbito do curso de nadador-salvador.

O EEAT para o curso de nadador-salvador pode ser constituído por várias provas da seguinte natureza: escrita, oral, prática e teórico-prática, com uma avaliação segundo uma escala de 0 a 100%.

O candidato terá de ter uma classificação igual ou superior a 75% para obter a classificação de habilitado. Todas as provas são sequenciais e eliminatórias.

A matriz do EEAT para o curso de nadador-salvador é aprovada por Despacho do Diretor do ISN.

AVALIAÇÃO DOS FORMANDOS

A avaliação assumirá a forma de testes de conhecimentos escritos sobre os conteúdos ministrados na Formação Geral e em cada uma das Formações Específicas.

EQUIPA FORMATIVA

A equipa pedagógica é selecionada tendo em conta os requisitos exigidos pela certificação da Qualidade da empresa, bem como pelo Despacho nº 2/2016, do Diretor do ISN. Todos os formadores têm de possuir o CCP (Certificado de Competências Pedagógicas) e integrar lista de formadores certificados pelo ISN. O perfil do formador da ação desta formação assenta numa sólida formação técnica nas matérias a lecionar.

CONTE CONNOSCO EM QUALQUER LUGAR!



LINHA GRATUITA LIGUE JÁ!

800 210 043

formacao@comunilog.com

www.comunilog.com