

STANDARD



# THREE STAR INSTRUCTOR

VERSÃO 2021

COMITÉ TÉCNICO DO MERGULHO RECREATIVO E TÉCNICO

## 1. OBJETIVO DO CURSO

---

- 1.1 Este programa de treino tem como objetivo reforçar os conhecimentos e experiência dos CMAS Two Star Instructors nos conceitos básicos, princípios e técnicas de ensino e treino de mergulhadores, introduzindo as técnicas de avaliação de instrutores de forma a conseguirem ministrar os programas de formação de instrutores CMAS de forma segura e competente.

## 2. CLASSIFICAÇÃO

---

- 2.1 O Programa de Treino CMAS Three Star Instructor está classificado como o nível mais avançado da carreira de instrutor da CMAS.
- 2.2 O CMAS Three Star Instructor tem competência para ser Diretor de Curso dos cursos CMAS One Star Instructor e Two Star Instructor e ainda ter acesso às certificações de Instructor Trainer em todas as especialidades CMAS que cumpra os requisitos.

## 3. INSTRUTORES

---

- 3.1 As componentes de formação do curso CMAS Three Star Instructor têm de ser lecionadas por um instrutor CMAS com a qualificação mínima de instrutor CMAS Three Star (M3), que esteja filiado na CMAS Portugal e apresente o teaching status ativo.
- 3.2 A avaliação do curso CMAS Three Star Instructor têm de ser realizada por dois instrutores CMAS Three Star, sendo que um dos instrutores deverá ser nomeado pelo Comité Técnico do Mergulho Recreativo da CMAS Portugal.

## 4. RÁCIO INSTRUTOR/ALUNOS

---

- 4.1 Dois (2) Instrutores para uma turma de 1 a 4 alunos.
- 4.2 Três (3) Instrutores para uma turma de 5 a 8 alunos.
- 4.3 Quatro (4) instrutores para uma turma de 9 a 12 alunos.

## 5. ESTRUTURA E DURAÇÃO DO CURSO

---

- 5.1 Componente Académica (Horas Estimadas): 85 horas
- 5.2 Componente Prática: Pelo menos 25 horas
- 5.3 Requisito Mínimo em prática de Águas Abertas
  - 5.3.1 A CMAS permite aos instrutores Three Star adaptar o número de dias para sessões práticas em águas abertas, desde que se cumpra com os conteúdos programáticos, em função do número de candidatos em formação, o seu nível técnico como mergulhadores e as condições ambientais no local.

## 6. COMPETÊNCIAS DE UM CMAS THREE STAR INSTRUCTOR (M3)

---

- 6.1 Um Instrutor CMAS Three Star deverá ser treinado, para quando for avaliado por um painel de instrutores CMAS Three Star, demonstre elevadas competências teóricas, práticas em águas confinadas e abertas, bem como uma elevada competência pedagógica, de gestão de toda a atividade de mergulho associada a uma Escola, Centro e Estações de Enchimento de misturas respiratórias, e demonstrar competências de planeamento de saídas de mergulho em contexto de formação e recreativo, bem como na gestão de situação de emergência.
- 6.2 O Instrutor CMAS Three Star está qualificado para ser Diretor de Curso, Ministar as sessões teóricas e práticas, Avaliar e Certificar os alunos dos programas:
- ✓ CMAS One Star Instructor
  - ✓ CMAS Two Star Instructor
  - ✓ CMAS Three Star Instructor
- 6.3 O instrutor CMAS Three Star pode desempenhar funções de assistente de um instrutor CMAS Three Star nas componentes de formação teórica, prática, avaliação e certificação, de acordo com o definido nos standards dos programas de treino CMAS.
- 6.4 O instrutor CMAS Three Star, está qualificado para se candidatar as certificações de "Trainer" de todas as especialidades CMAS de acordo com as condições definidas nos standards dos respetivos programas de treino CMAS.

## 7. PRÉ-REQUISITOS PARA PARTICIPAR NO CURSO

---

- 7.1 Para poder participar no curso CMAS Three Star Instructor (M3), o participante deve cumprir os seguintes pré-requisitos:
- 7.1.1 Ter idade mínima de vinte (20) anos; não há limite superior de idade.
  - 7.1.2 Ser filiado na CMAS Portugal.
  - 7.1.3 Apresentar exame médico específico de aptidão para a prática do mergulho
  - 7.1.4 Preencher toda a documentação administrativa
  - 7.1.5 Ter a certificação CMAS Two Star Instructor ou equivalente à pelo menos dois (2) anos.
  - 7.1.6 Ter a certificação CMAS Administração de O2 ou Equivalente ativa
  - 7.1.7 Ter uma certificação SBV reconhecida pela CMAS Portugal ativa
  - 7.1.8 Ter ministrado até à data da candidatura no mínimo:
    - 7.1.8.1 Dez (10) cursos CMAS One Star Diver

- 7.1.8.2 Três (3) cursos CMAS Two Star Diver
- 7.1.8.3 Dois (2) cursos CMAS Three Star Diver
- 7.1.9 Ter certificado no mínimo sessenta (60) praticantes em qualquer programa CMAS.
- 7.1.10 Ter sido assistente de instrutor em pelo menos dois (2) cursos de CMAS One Star Instructor (M1) ou CMAS Two Star Instructor (M2).
- 7.1.11 Submeter prova de pelo menos quinhentas (500) imersões em águas abertas.

## 8. REQUISITOS PARA A CERTIFICAÇÃO

---

- 8.1 Para obter a sua certificação de Instrutor CMAS Three Star (M3), o aluno tem que:
  - 8.1.1 Cumprir todos os pré-requisitos da cláusula 6 deste standard.
  - 8.1.3 Completar com sucesso a avaliação teórica.
  - 8.1.4 Completar com sucesso a avaliação em águas confinadas.
  - 8.1.5 Completar com sucesso a avaliação em águas abertas.
  - 8.1.6 Completar com sucesso a avaliação competência pedagógica.

## 9. PARÂMETROS DAS AULAS TEÓRICAS

---

- 9.1 O diretor do curso deve assegurar que a sala de aulas é adequada em dimensões e condições de conforto às necessidades do curso e ao número de alunos, ter material didático adequado à exposição dos temas a ministrar, de forma que os alunos tenham condições para apreender os conteúdos que estão a ser lecionados.

## 10. PARÂMETROS DAS AULAS PRÁTICAS

---

- 10.1 O diretor do curso deve avaliar, antes de cada aula prática de águas confinadas ou abertas, se as condições de proteção e segurança estão asseguradas.

## 11. AVALIAÇÃO

---

A avaliação deve ser realizada pela equipa de formação descrita nestes standards.

O comité técnico do mergulho recreativo e técnico poderá também organizar cursos de formação CMAS Three Star Instructor.

### 11.1 Conhecimento Teórico

11.1.1 O aluno deve demonstrar elevados conhecimentos teóricos nas matérias:

- Fundamentos teóricos associadas ao mergulho.
- Competências técnicas associadas aos programas de praticantes.
- Competências técnicas associadas aos programas de instrutores.
- Normas Administrativas e Carreira de mergulho CMAS.
- Procedimentos de Emergência e Resgate (SBV e Primeiros Socorros, Administração de O<sub>2</sub>, Rescue Diver e Gestão de uma emergência).

### 11.2 Competências Pedagógicas

11.2.1 O aluno deve concluir com sucesso a avaliação supervisionada de candidatos a instrutores em cursos CMAS One Star Instructor ou CMAS Two Star Instructor.

### 11.3 Competências Técnicas de Mergulho em Águas Confinadas e Abertas

11.3.1 O aluno deve demonstrar um elevado nível de competência, na execução de procedimentos técnicos em águas confinadas de acordo com o definido nestes standards em pelo menos: duas (2) sessões.

11.3.2 O aluno deve demonstrar um elevado nível de competência, na execução de procedimentos técnicos em águas abertas de acordo com o definido nestes standards em pelo menos: duas (2) sessões.

## 12. CERTIFICAÇÃO

---

11.1 Completado com sucesso o programa do curso, será entregue ao aluno um cartão CMAS Three Star Instructor (M3).