

## Parâmetros Orientadores

### - Seleções Nacionais de Patinagem de Velocidade 2020 -

O presente documento pretende apresentar de uma forma resumida o “**Planeamento das Seleções Nacionais de Patinagem de Velocidade 2020**”. Procuramos abranger toda a atividade das Seleções Nacionais durante a presente época desportiva, descrevendo de uma forma sucinta, a estrutura e o tipo de abordagem que pretendemos colocar em prática.

O trabalho das seleções nacionais está estruturado em dois grandes grupos de trabalho, a “**Formação**” para as categorias de Cadetes e Juvenis e o “**Rendimento**” para as categorias de Juniores e Seniores.

#### Objetivos:

- Organizar, estruturar e executar todo o programa de Seleções para a época de 2020;
- Dar continuidade ao trabalho de base iniciado nas épocas transatas (cadetes/juvenis), de forma a obter resultados a curto/médio prazo e projetar resultados a longo prazo;
- Consolidar e reajustar o projeto de OIST;
- Potenciar a interligação com os treinadores dos clubes da modalidade, expondo o trabalho a realizar com as Seleções

#### Perfil do patinador para integrar as Seleções Nacionais:

- Possibilidade de obter resultados desportivos, de acordo com as orientações da Federação, nos compromissos internacionais;
- Empenho observado nos processos de construção estratégica da respetiva equipa/escalão/especialidade.

##### Aspetos quantitativos:

- Obter resultados de relevo nos campeonatos nacionais de pista e estrada;
- Obter resultados de relevo em torneios internacionais de pista e estrada;
- Apresentar bons indicadores a nível físico, psicológico e desportivo;
- Apresentar tempos de referência/distância equiparados ao escalão em causa em termos internacionais.

##### Aspetos Qualitativos (nível técnico):

Garantir:

- Os elementos de técnica geral de patinagem, tais como, alinhamento dos pontos, oscilação C.G., domínio integral do patim, coordenação do braço oponente, entre outras;
- Inclinação, amplitude e fluidez na passada;
- Eficiência e eficácia das diversas ações no ato de patinar.

##### Nível Tático ou Estratégico:

Evidenciar:

- Capacidade de movimentação e coordenação em pelotão;
- Capacidade de análise e ação em prova;
- Boa abordagem psicofisiológica à competição, e aceitação das situações táticas e estratégicas para o seu próprio êxito, dos companheiros e da equipa;
- Experiência competitiva.

##### Atitudes e Valores:

- Conduta irrepreensível a nível disciplinar;
- Contribuir para um espírito de equipa positivo;
- Interagir cordialmente e respeitosamente com a equipa técnica e staff;
- Assimilar e interpretar os valores positivos apresentados pelo grupo;
- Colaborar empenhadamente na construção de uma verdadeira equipa, no seu escalão/especialidade;
- Revelar entusiasmo e assumir com compromisso a representação na Seleção Nacional.

## Programação Geral



### Calendário das Seleções Nacionais 2020

DATA	LOCAL	PROVA	CATEGORIA	ORGANIZAÇÃO
<b>JANEIRO</b>				
04-05				
11-12 / 18-19				
25-26		OIST	(atletas nascidos de 2009 a 2006)	F.P.P.
<b>FEVEREIRO</b>				
01-02		OIST	(atletas nascidos de 2009 a 2006)	F.P.P.
08-09		OIST	(atletas nascidos de 2009 a 2006)	F.P.P.
15-16		OIST	(atletas nascidos de 2009 a 2006)	F.P.P.
22-23 / 29-01				
<b>MARÇO</b>				
07-08 / 14 -15				
21-22 / 28-29				
<b>ABRIL</b>				
04-05				
08-09-10-11	CANELAS	Estágio de Juvenis e OIST	JUV/ CAD	F.P.P.
18-19				
25-26				
<b>MAIO</b>				
01-02-04				
09-10 / 16-17				
23-24 / 30-31				
<b>JUNHO</b>				
06-07-08-09	CANELAS	Estágio Pré Mundial	JUN/SEN	F.P.P.
13-14 /20-21				
27-28				
<b>JULHO</b>				
05 a 19	COLOMBIA	CAMPEONATO DO MUNDO 2020	JUN/SEN	World Skating
24,25 e 26	CANELAS	Estagio Nacional de Formação OIST	CADETES	F.P.P.
27 a 30	CANELAS	Estágio das Seleções - Pré-Europeu	JUV/JUN/SEN	F.P.P.
<b>AGOSTO</b>				
08-09				
14-15-16	Zandvoorde - Bélgica	9ª Taça da Europa – Ostende – Participação SELEÇÃO NACIONAL - CHALLENGER	Todos os Escalões	C.E.C.
19 -30	CANELAS	CAMPEONATO DA EUROPA 2020	JUV/JUN/SEN	World S. Europe
<b>SETEMBRO</b>				
05-06 / 12-13				
19-20 / 26-27				
<b>OUTUBRO</b>				
03-04 / 10-11				
17-18 / 24-25				
31-01				
<b>NOVEMBRO</b>				
07-08				
14-15	A Definir	2º Clinic de Formação PV	Nascidos entre 2009 e 2006	F.P.P.
21-22 / 28-29				
<b>DEZEMBRO</b>				
05-06 / 12-13				
19-20 / 26-27				

Época 2020

Contacto:  
[técnico.disciplina.pv@fpp.pt](mailto:técnico.disciplina.pv@fpp.pt)