

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE JUDO



Federação Portuguesa
de **Judo**

NORMAS, ORGANIZAÇÃO E PLANO 2016

ARSN – ALTO RENDIMENTO E SELEÇÕES NACIONAIS

1. INTRODUÇÃO

O Plano, Organização e Normas para o Alto Rendimento e Seleções Nacionais, referente a 2016 visa contribuir para o Desenvolvimento do Judo de Alto Rendimento e Seleções Nacionais, com vista à EXCELÊNCIA dos nossos atletas no novo e exigente Quadro Competitivo Internacional.

Assim, a FPJ equacionou um Modelo que visa enquadrar e apoiar os atletas de Alto Rendimento e Seleções Nacionais num projeto de preparação e participação em eventos internacionais de elevado nível, de acordo com os critérios de participação nos mesmos. As exigências de um processo de participação obrigam a um comprometimento de parte dos Judocas/Treinadores, para que se salvguarde a melhor utilização possível dos recursos mobilizados.

Para o desenvolvimento sustentado do Judo de Alta Rendimento e Seleções Nacionais, que se expresse e se pautem por uma organização consistente, tem que existir um financiamento, um apoio efetivo e significativo da tutela para que os nossos atletas consigam manter e, se possível, aumentar as suas prestações e os resultados já alcançados no panorama internacional.

Os critérios de participação devem assentar neste Modelo (no qual há um grande esforço na objectivação dos critérios) e a FPJ deve procurar soluções que pareçam as mais ajustadas para o desenvolvimento do Judo de Alto Rendimento em Portugal.

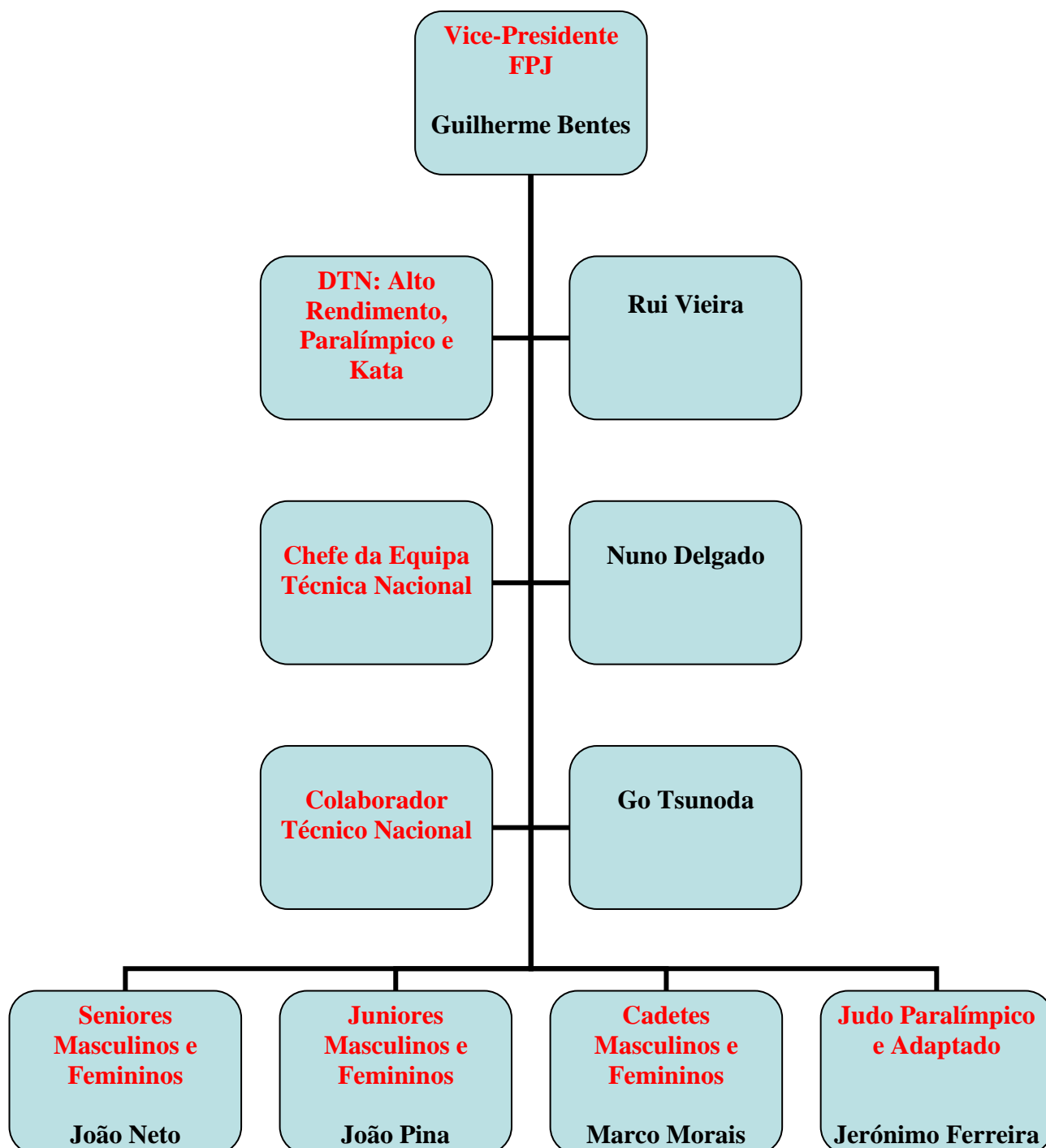
Os Planos de Alto Rendimento e Seleções Nacionais devem ter em consideração não só os indicadores de rendimento desportivo alcançados mas, também, o potencial de desenvolvimento.

A FPJ, sem abdicar do rigor e da qualidade que, acreditamos, devem envolver um Modelo de Desenvolvimento deste tipo considera a obtenção de resultados desportivos de mérito e a participação nos Jogos Olímpicos uma prioridade.

Igualmente merecem realce e uma maior aposta, as áreas do Judo Paralímpico, Kata e Veteranos que têm representado as Seleções Nacionais com resultados de grande relevo.

2. ORGANOGRAMA EQUIPA TÉCNICA

A FPJ apresenta uma Equipa Técnica multifacetada com uma estrutura de apoio com valências nas áreas do Alto Rendimento aos Escalões de Formação.



3. DEPARTAMENTO MÉDICO

O responsável Médico da FPJ é o Prof. Dr. José Gomes Pereira que, em estreita colaboração com o CAR-Jamor, responde ao exigente e imediato rigor necessário para acompanhamento clínico aos Atletas de Alto Rendimento e das Seleções Nacionais.

Este acompanhamento clínico é especializado e multidisciplinar.

O apoio clínico nos Treinos Federativos e Estágios/Concentrações Nacionais das Seleções Nacionais, assim como em deslocações a grandes Competições e Estágios Internacionais é da responsabilidade dos Fisioterapeuta Rita Fernandes, Sérgio Morais e Cláudia Paiva.

Em complemento da equipa médica da FPJ, o departamento médico do CAR-Jamor/Centro de Medicina de Lisboa, dá apoio aos Judocas da Seleção Nacional em várias vertentes: Consulta médica em várias especialidades, Psicologia Desportiva, Nutricionista e Tratamentos de Fisioterapia.

3.1. CONTROLO E AVALIAÇÃO DO TREINO

O controlo e avaliação do treino são da responsabilidade da Equipa Técnica FPJ em conformidade com a Equipa Médica da FPJ/CAR, visando o maior rigor na preparação das Seleções Nacionais.

No seguimento do Plano individualizado de participação de cada Atleta e dentro do Planeamento/Periodização, são agendados os momentos de Controlo e Avaliação do Treino.

Os resultados dos Testes realizados serão enviados aos Treinadores dos Clubes dos respectivos Atletas e discutidos entre a Equipa Técnica Nacional e os Treinadores Clubes.

4. CRITÉRIOS GERAIS DE CONVOCAÇÃO

A convocatória de Atletas para integrar as Seleções Nacionais deverá respeitar o Plano de Atividade das Seleções Nacionais, elaborado pela Equipa Técnica da FPJ.

4.1. Integram o Plano Anual de atividades das Seleções Nacionais os Atletas que:

4.1.1. Tenham obtido classificações relevantes, nessa época ou na anterior no circuito internacional (Pontos Internacionais em provas do Calendário UEJ/FIJ), de acordo com os critérios definidos para cada escalão;

4.1.2. Tenham obtido classificações relevantes, nessa época ou época anterior, nos Campeonatos e/ou Torneios Nacionais, de acordo com os critérios definidos para cada escalão;

4.1.3. Durante o ano de 2016 e em sistema de “rolling”, com duração de 1 ano, tenham obtido:

Seniores: 10 pontos nacionais (excepto os Atletas a disputar a qualificação Olímpica com uma pontuação superior a 300 pontos no Ranking Olímpico).

4.1.4. As quotas definidas para as participações internacionais são as constantes no plano de participação a divulgar, podendo haver alterações por rectificação orçamental.

4.2. Os atletas serão seleccionados para os Estágios:

4.2.1. Preparação específica - dando prioridade a todos os atletas com mínimos A e B para as grandes competições e depois serão escolhidos, em função da sua pontuação nacional ou como “training partners” dos atletas com mínimos;

4.2.2. Nacionais de Competição - com base no último ranking do seu escalão etário, por categorias de peso;

4.2.3. Em caso de igualdade os atletas serão escolhidos através do recurso aos critérios de desempate definidos para cada escalão.

4.3. Os atletas para terem um Plano de participação pela Seleção Nacional, têm de participar nos Treinos e Estágios FPJ.

4.3.1. A Equipa Técnica FPJ e o Treinador do Clube devem elaborar e respeitar o respectivo plano de treinos, entre si acordados;

4.3.2. Os Atletas devem submeter-se aos Testes de Avaliação e Controlo do Treino;

4.3.3. O não cumprimento das obrigações, têm como consequência a não participação nas competições desportivas para as quais o Atleta estava qualificado.

4.4. Participações a Expensas Próprias: As participações serão analisadas e autorizadas pela equipa técnica e Direção da FPJ, com base nos resultados desportivos do Atleta e o nível das competições que pretendem participar. Deverá ser respeitado ainda um critério de igualdade de oportunidades entre atletas e a sua respectiva posição no Ranking Olímpico e Ranking FPJ, com limitação de quotas de participação.

4.5. Participação do Treinadores nas provas Internacionais: A participação dos Treinadores dos Clubes deve ser enquadrada pela Equipa Técnica Nacional, promovendo uma coordenação entre os Treinadores Nacionais e os Treinadores dos Clubes. Terá lugar, obrigatoriamente, um briefing anterior à prova com os Treinadores envolvidos para definir programa/estratégia de cada dia. A participação dos Treinadores em provas de nível igual ou superior a Grand Prix deverá obedecer ao dress code estabelecido para as Seleções Nacionais.

5. SISTEMA DE QUALIFICAÇÃO - SELECÇÕES SÉNIORES:

5.1. PONTUAÇÃO NAS PROVAS INTERNACIONAIS:

	<i>Taça Europa</i>	<i>No-European Open/ Universiadas</i>	<i>European Open/Camp. Europa Sub23</i>	<i>Grand Prix</i>	<i>Camp. Europa</i>	<i>Grand Slam</i>	<i>Masters IJF</i>	<i>Camp. Mundo</i>	<i>Jogos Olímpicos</i>
1º Class (2V)	16	50	100	300	400	500	700	900	1000
2º Class (2V)	12	30	60	180	240	300	420	540	600
3º Class (2V)	8	20	40	120	160	200	280	360	400
5º Class (2V)	4	10	20	60	80	100	140	180	200
7º Class (2V)	2	8	16	48	64	80	112	144	160
1/16 (2V)	1	6	12	36	48	60	-	108	120
1/32 (2V)	-	-	8	24	32	40	-	72	80
1 V	-	-	-	-	-	-	28	36	40

5.1.1. Os pontos têm uma validade de 1 ano em sistema de “rolling” e serão contabilizados os pontos obtidos até ao limite do prazo de inscrição definido pela organização da prova a que se aplicarem, não serão contabilizados os pontos que atinjam a sua caducidade antes da prova a que destina a sua convocatória;

5.1.2. Os pontos com mais de 6 meses terão a ponderação de 50%. Utilizando-se o mesmo princípio de caducidade do ponto 5.1.1. supra citado;

5.1.3. As participações nas competições por Equipas pela Selecção Nacional atribuí 3 pontos na pontuação Internacional de cada Atleta.;

5.1.4. A Federação Portuguesa de Judo divulgará, após a realização de cada prova, a Pontuação em Provas Internacionais e Nacionais de Seniores actualizada por categorias de peso.

5.2. PONTUAÇÃO NAS PROVAS NACIONAIS DE SENIORES:

Class.	Taça K. Kobayashi	Taça F. Costa Matos	Campeonato Nacional Seniores
1 ^a	10	10	14
2 ^a	6	6	9
3 ^o	4	4	6
5 ^o	2	2	3

5.2.1. As pontuações terão em conta um critério de competitividade, com a finalidade de estabelecer uma ponderação de qualidade, entre diferentes categorias de peso, nas convocatórias para provas e estágios em que a pontuação nacional seja factor:

- ❖ Categorias até 5 participantes: 1
- ❖ Categorias de 6 a 12 participantes: 1,25
- ❖ Categorias com mais de 12 participantes: 1,5

5.3. MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO NOS GRANDES EVENTOS:

Mínimos A:

<i>Campeonato da Europa Seniores/Sub23</i>
<i>25 Pontos Internacionais</i>

Mínimos B:

<i>Campeonato da Europa Seniores</i>
<i>16 Pontos Internacionais</i>

<i>Campeonato da Europa Sub23</i>
<i>10 Pontos Internacionais</i>

5.3.1. Os mínimos são obtidos pelo somatório máximo de 3 provas.

5.3.2. No caso do número total, ou por categoria de peso, de atletas com mínimos, ser superior ao permitido nas quotas ou por limitação orçamental, a Seleção é feita com base na pontuação no Ranking Olímpico, sendo seleccionado o atleta que tem maior pontuação.

No caso de se verificar haver atletas com igual pontuação, será seleccionado o que obtiver melhor coeficiente de eficiência, segundo a seguinte fórmula:

Coeficiente de Eficiência: $\sum (\text{N}^\circ \text{ Total de Combates ganhos da competição X Pontuação da Competição em causa X Pontuação do adversário}) / \text{N}^\circ \text{ Total de participações em Competições}$

Pontuação da Competição:

No European Open	European Open	Grand Prix	Campeonato Europa	Grand Slam	Masters IJF	Campeonato Mundo
0,5	1	3	4	5	7	9

Pontuação do Adversário:

Ranking >60	Ranking 51-60	Ranking 41-50	Ranking 31-40	Ranking 21-30	Ranking 11-20	Ranking 1-10
1	2	4	6	9	13	18

5.3.3. A FPJ reserva a possibilidade de atribuição de “**Wild Card**”, com carácter excepcional, para Atletas com um currículo extraordinário (Projeto Olímpico).

5.4. Apuramento Olímpico: A Seleção para os Jogos Olímpicos terá como base a Pontuação de cada Atleta no Ranking Olímpico, sendo seleccionado em cada categoria o atleta com a maior pontuação.

No caso de se verificar haver atletas com igual pontuação, será seleccionado o que obtiver melhor coeficiente de eficiência, segundo fórmula supracitada no ponto 5.3.2..

6. SISTEMA DE QUALIFICAÇÃO - SELECCÕES JUNIORES:

6.1. PONTUAÇÃO NAS PRINCIPAIS PROVAS INTERNACIONAIS:

Class.	European Cup ≤ 5 países	European Cup <12 países	European Cup ≥12 países	Campeonato da Europa	Campeonato do Mundo
1 ^a	50	70	100	250	500
2 ^a	35	50	60	150	300
3 ^o	25	30	40	100	200
5 ^o	15	20	25	75	100
7 ^o	8	12	16	45	90
Cada Vit.	2	2	2	4	5

6.1.1. Todos os resultados do ano anterior, não serão contabilizados para o ano seguinte, com exceção dos resultados acima do 7º lugar (inclusive) em Campeonatos da Europa ou do Mundo onde os pontos serão contabilizados em 75% para o ano seguinte e terão reflexo na pontuação internacional dos atletas (caso permaneça na mesma categoria de peso);

6.1.2. Os pontos de vitória apenas serão contabilizados em combates efetivamente disputados;

6.1.3 – Só serão contabilizados os pontos das competições em que os Atletas vençam dois combates efectivamente disputados.

6.1.4. Critério de Competitividade Internacional: As pontuações terão em conta um critério de competitividade, com a finalidade de estabelecer uma ponderação de qualidade entre diferentes categorias de peso nas convocatórias para provas e estágios:

- ❖ Categorias até 8 participantes: 1
- ❖ Categorias de 8 a 16 participantes: 1,1
- ❖ Categorias com mais de 16 participantes: 1,2

6.1.5. A Federação Portuguesa de Judo divulgará, após a realização de cada prova, a Pontuação em Provas Internacionais e Nacionais de Juniores actualizada por categorias de peso.

6.2. PONTUAÇÃO NAS PROVAS NACIONAIS:

Classificação	C.N.J 2015	C.N.S 2015	C. Matos 2015	T.KK 2015	Open Juniores
1°	25	20	10	10	10
2°	15	12	6	6	6
3°	10	8	4	4	4
5°	6	4	2	2	2

6.2.1. As pontuações terão em conta um critério de competitividade, com a finalidade de estabelecer uma ponderação de qualidade entre diferentes categorias de peso nas convocatórias para provas e estágios em que a pontuação nacional seja fator:

- ❖ Categorias até 5 participantes: 1
- ❖ Categorias de 6 a 12 participantes: 1,25
- ❖ Categorias com mais de 12 participantes: 1,5

6.3. MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO NOS GRANDES EVENTOS:

Mínimos A:

Campeonato da Europa Juniores

80 Pontos Internacionais

Mínimos B:

Campeonato da Europa Juniores

50 Pontos Internacionais

6.3.1. Os mínimos são obtidos pelo somatório máximo de 4 provas.

6.3.2. – Apenas serão admitidas conjugações dos 4 melhores resultados das 8 provas escolhidas pela F.P.J. - 100% (indicadas a seguir). Todas as outras Taças da Europa têm uma ponderação de 50%.

- 1- Taça Europa de Portugal
- 2- Taça Europa de Espanha
- 3- Taça Europa de Itália
- 4- Taça Europa da Hungria
- 5- Taça Europa da Polónia
- 6- Taça Europa da Rep.Checa
- 7- Taça Europa da Alemanha
- 8- Taça Europa da Áustria

6.3.3. No caso do número total, ou por categoria de peso, de atletas com mínimos, ser superior ao permitido nas quotas ou por limitação orçamental, a seleção é feita pela soma dos pontos internacionais (quatro melhores resultados) e pontos nacionais, entre os atletas em questão.

6.3.4. A FPJ reserva a possibilidade de atribuição de “Wild Card”, com carácter excepcional no Campeonato da Europa e Campeonato do Mundo de Juniores sob proposta e fundamentação da equipa técnica da FPJ.

6.4. EUROPEAN CUPS:

6.4.1. As seleções para as European Cup serão feitas em função do número de quotas pré-estabelecidas pela FPJ sendo os atletas selecionados em função do seu número de pontos internacionais, para as Europeans Cups de Portugal e Espanha serão contabilizados em somatório os também os pontos nacionais e internacionais.

6.4.2. Em caso de igualdade os atletas serão selecionados através do recurso aos critérios de desempate (6.3.2.).

7. SISTEMA DE QUALIFICAÇÃO - SELECCÕES CADETES:

7.1. PONTUAÇÃO NAS PROVAS NACIONAIS E INTERNACIONAIS:

Competição	1º	2º	3º	5º	7º	9º	Vitória
Open Cadetes Portugal	5	3	2				
Super Copas Espanha	20	15	10				
Campeonato Nacional Cadetes	30	25	20	5			
Taça Europa ≤6 Países	40	30	20	10	5		1
Taça Europa 7 a10 Países	60	40	35	20	10		2
Taça Europa >10 Países	80	70	60	50	35	15	3
F.O.J.E.	90	80	70	55	40	20	4
Campeonato Europa Cadetes	100	90	80	60	50	30	5
Campeonato Mundo Cadetes	300	180	120	80	70	50	6

7.1.1. Os pontos têm a validade de 1 ano, em sistema de “rolling”;

7.1.2. Se o atleta não vencer pelo menos 2 combates, os seus pontos serão reduzidos para metade;

7.1.3. Apenas é permitida 1 vez a mudança de categoria de peso, ficando o atleta com metade da pontuação do Ranking anterior.

7.1.4. Em caso de empate, será utilizado:

- 1.- Resultado entre ambos os atletas nessa época;
- 2.- Maior número de vitórias;
- 3.- Ranking de Juniores

7.1.5. A Federação Portuguesa de Judo divulgará, após a realização de cada prova, a Pontuação em Provas Internacionais e Nacionais de Cadetes/ Ranking de Cadetes, actualizada por categorias de peso.

7.1.6. As pontuações obtidas nos Opens de Cadetes em Portugal terão em conta o seguinte critério de competitividade:

- ❖ Categorias até 5 participantes: 1
- ❖ Categorias de 6 a 12 participantes: 1,25

- ❖ Categorias com mais de 12 participantes: 1,5

7.2. MÍNIMOS DE PARTICIPAÇÃO NOS GRANDES EVENTOS:

Mínimos A:

<i>Campeonato da Europa Cadetes</i>
<i>85 Pontos</i>

Mínimos B:

<i>Campeonato da Europa Cadetes</i>
<i>75 Pontos</i>

7.2.1. A FPJ reserva a possibilidade de atribuição de “Wild Card”, com carácter excepcional no Campeonato da Europa e Campeonato do Mundo de Cadetes sob proposta e fundamentação da equipa técnica técnica da FPJ.

8. SISTEMA DE QUALIFICAÇÃO - SELECÇÕES KATA:

Mínimos A:

<i>Campeonato da Europa Kata</i>	<i>Campeonato do Mundo Kata</i>
<i>≥ 3º Classificado C.E. ou C.M.</i>	<i>≥ 3º Classificado C.M.</i>

8.1.1. Os mínimos são obtidos grandes eventos do ano transacto;

9. CENTROS DE TREINO

Um dos objetivos da FPJ, no quadro do desenvolvimento da modalidade em Portugal, é potenciar as condições de preparação/treino dos Judocas Nacionais, com vista a melhoria dos resultados desportivos, criado assim um espaço de treino onde os melhores judocas treinam em conjunto, orientados pelos treinadores nacionais e quando possível com a observação dos treinadores do clube.

Neste sentido, os Centros de Treino Federativos são equacionados como uma valência de apoio aos objetivos estabelecidos pelos programas de treino aprovados nas diferentes seleções. Existirá nestes centros um plano semanal, devidamente inserido numa periodização a longo prazo, de apoio genérico aos atletas da seleção nacional e seus “training partners” e um acompanhamento mais personalizado aos atletas do CAR Judo, bem como aos atletas das seleções nacionais com plano de preparação específico.

9.1. CENTRO DE TREINO GRANDE LISBOA:

9.1.1. Os treinos realizam-se no Complexo das Piscinas do Jamor, com exceção dos treinos de Randori todas as terças e quintas (ver horários em quadro anexo), que se realizam no Pavilhão nº 3 do Estádio Universitário de Lisboa.

9.1.2. Todos os Atletas das Seleções Nacionais têm de ter obrigatoriamente 50% de assiduidade nos Treinos Federativos, para efeitos de convocatórias.

	2ªF	3ªF	4ªF	5ªF	6ªF
Manhã (a)	10h30- 12h30 Treino Físico	10h30- 12h30 Treino Técnico- Tático	10h30- 12h30 Treino Físico	10h30- 12h30 Treino Técnico- Tático	10h30- 12h30 Treino Físico
Tarde		19h30- 21h30 Treino Competição (Randori) (b)		19h30- 21h30 Treino Competição (Randori) (b)	

(a) Os treinos da manhã para atletas com programa de preparação específico podem ser mais individualizados sob marcação, entre a Equipa Técnica FPJ e o treinador responsável do Clube.

(b) Obrigatório para todos os Atletas Seniores, Juniores e cadetes da Seleção Nacional.

(c) Consideram-se faltas justificadas as comprovadas por ausência em representação da Seleção Nacional, lesão ou compromissos profissionais/académicos inadiáveis.

9.2. CENTRO DE TREINO ZONA CENTRO E NORTE:

9.2.1. Os treinos semanais de Judo realizam-se às 5^ªfeiras, em Coimbra, com exceção da 4^ª semana de cada mês, com realização no Porto.

9.2.2. Todos os Atletas das Seleções Nacionais têm de ter obrigatoriamente 50% de assiduidade nos Treinos Federativos, para efeitos de convocatórias.

	2ªF	3ªF	4ªF	5ªF	6ªF
Manhã (a) (Coimbra)	10h30- 12h30 Treino Físico	10h30- 12h30 Treino Técnico- tático	10h30- 12h30 Treino Físico	10h30- 12h30 Treino Técnico- tático	10h30- 12h30 Treino Físico
Tarde				19h30- 21h30 Treino Competição (Randori) (b)	

(a) Os treinos da manhã para atletas com programa de preparação específico podem ser mais individualizados sob marcação, entre a Equipa Técnica FPJ e o treinador responsável do Clube.

(b) Obrigatório para todos os Atletas Seniores, Juniores e cadetes da Seleção Nacional.

(c) Consideram-se faltas justificadas as comprovadas por ausência em representação da Seleção Nacional, lesão ou compromissos profissionais/académicos inadiáveis.