FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE VOLEIBOL

PLANO DE ALTA COMPETIÇÃO 2012

ÍNDICE

		PÁG
I	**Nota Introdutória**	**1**
II	**Lista Nominativa de Atletas**	**4**
III	**Critérios Técnicos da Modalidade**	**7**
IV	**Objectivos Desportivos a Alcançar**	**11**
V	**Estratégia de Desenvolvimento**	**15**
VI	**Quadros de Acções a Desenvolver**	**16**
VII	**Apoio Médico Desportivo**	**21**

ANEXO

Regulamento das Selecções Nacionais

I - NOTA INTRODUTÓRIA

Ao nível do Alto Rendimento Desportivo, a FPV tem mantido um papel activo e de vanguarda no panorama desportivo nacional, quer através do desempenho, resultados e visibilidade das nossas selecções nacionais, quer proporcionando respostas às exigências da prática desportiva para todos, através do Gira-Volei.
É nesta conjugação de uma visão e da prática global do desporto, a qual se tem traduzido numa forma própria de estar e agir, que podemos definir o sucesso da nossa modalidade, que se reflecte no facto de ser a segunda modalidade com mais praticantes a nível nacional. A nível internacional, a presença do Voleibol português tem tido também uma expressão afirmativa e consistente, através da sua presença nas grandes competições europeias e mundiais. A participação em 2011, na Liga Mundial de Selecções da FIVB, e na fase final do Campeonato da Europa, são a evidência do nosso trabalho.

Tudo isto tem exigido de nós uma grande capacidade de discernimento e de visão, aliada a uma estratégia e inovação de alta qualidade, na execução e financiamento dos nossos projectos, bem como uma visão global de médio prazo.
O caminho não tem sido, nem será, fácil, mas, apesar de todas as dificuldades que sabemos que nos esperam, vamos continuar a superar-nos, demonstrando que o desafio que temos assumido e construído ao longo destes anos é revelador de uma modalidade que acredita na sua força e nas suas capacidades.

No entanto, o nosso percurso é cada vez mais solitário perante a concorrência europeia e mundial. Por isso, é necessário um maior e mais fundamentado apoio das instituições que superintendem a política desportiva nacional, no que se refere ao alto rendimento desportivo.

É neste sentido que se torna importante compreender os problemas que nos são postos, a nível da evolução no alto rendimento, pelo Dec. Lei n.º 272/09. Compreender na prática quotidiana, algumas questões, tais como: o que é na realidade um atleta de alta competição? Qual o seu percurso? Qual o seu enquadramento?
Estas são as questões que julgamos ser essenciais a uma legislação adequada, coerente e atenta ao fenómeno da formação para o alto rendimento desportivo.

Esta preocupação encontra-se *dissimulada* na distinção dos praticantes de alto rendimento em três níveis, **como refere o Dec. Lei nº272**. No entanto, defendemos que, para uma correcta avaliação e classificação, devemos ter presente o seguinte: **"não devem ser exclusivamente os resultados o único critério de avaliação, mas sim o produto final de uma conjugação de factores que abarcam também o seu percurso de preparação, o seu contexto e avaliação, envolvência e representação da modalidade em termos europeus e mundiais".**
Tendo por base este princípio, defendemos o seguinte:

"A obtenção de resultados desportivos de alto rendimento nas modalidades de desportos colectivos é bastante mais complexa e exigente, atendendo à selecção, gestão e rendimento de um conjunto mais alargado de atletas, bem como toda a logística, planeamento e organização temporal necessários para a preparação e obtenção destes objectivos."

Ora, é hoje consensual que o treino a longo prazo é fundamental para produzir atletas de elite.
A nossa modalidade tem acompanhado esta evolução, sempre com muito esforço e empenho, rivalizando com países que possuem sistemas de alta competição bem estruturados e com uma planificação assente, não apenas no presente, mas já na previsão do futuro. É neste contexto que defendemos os seguintes princípios:

- A investigação científica concluiu que são necessários oito a doze anos de treino para atletas com talento atingirem o alto nível (Bloom 1985; Ericsson 1993; Ericsson e Charness 1994). Normalmente, chama-se a este processo a regra dos dez anos ou 10.000 horas. Para os atletas, treinadores e pais, isto traduz-se em qualquer coisa como mais de três horas de treino por dia, durante dez anos (Salmela 1998);
- Um trabalho de treino a longo prazo é fundamental para produzir atletas de elite, algo que é necessário ser transmitido e compreendido pelos pais, treinadores e dirigentes desportivos;
- O sucesso desportivo só se consegue com um trabalho de longo prazo, em que se privilegia um bom rendimento desportivo, mais do que com vitórias a curto prazo.

- Não há atalhos na preparação desportiva. A precipitação na competição e nos seus resultados resultará sempre em desvantagens na preparação física, técnica, táctica e nas capacidades emotivas, mentais e cognitivas do(a) atleta.

O historial demonstra o sucesso deste tipo de intervenção:

Em 2002, classificámo-nos para a fase final do Campeonato do Mundo, realizada na Argentina, tendo obtido o 8.º lugar na classificação final e sido sendo a sexta melhor selecção Europeia. **Em 2005**, Portugal participou na Fase Final do Campeonato da Europa (desde 1956 que a Selecção Nacional não estava presente), onde obteve a 10.ª posição.

Na Liga Mundial, Portugal obteve, também **em 2005**, a sua melhor classificação de sempre – 5.º lugar entre a elite mundial, após uma excelente prestação numa poule constituída por Brasil (campeão mundial e olímpico), Japão e Venezuela.

A finalizar um ciclo olímpico, **2004** foi um momento de grande afirmação e competitividade, pois qualificámo-nos para a fase final do Campeonato da Europa de 2005. A qualificação para o Torneio Olímpico de Voleibol dos Jogos Olímpicos de Atenas foi um dos grandes objectivos do quadriénio e uma aposta do Voleibol nacional.

Em **2007**, obtivemos o 2.º lugar na Liga Europeia, após perdermos com a Espanha (2-3) num jogo muito disputado e decidido apenas no 5.º set por um equilibrado 20-18.

Em **2010,** a Selecção Nacional garantiu a **qualificação para o Campeonato da Europa 2011** ao assegurar o 1º lugar na poule de apuramento composta pela Holanda, Suécia e Macedónia. **Vencemos também nesse ano a Liga Europeia 2010**, numa final realizada em Espanha frente à selecção anfitriã.

Em 20 jogos disputados nessa época, os portugueses venceram 18, tendo perdido apenas por uma vez, com a Holanda – que recentemente derrotou o Brasil, na Liga Mundial –, e quando o apuramento para o Europeu 2011 estava já garantido.

No presente ano, Portugal efectuou a oitava participação na Liga Mundial. Com a obtenção do 14º lugar e após vitória sobre a China, Portugal garantiu a permanência, em 2012, entre a elite do Voleibol mundial.

A participação na Fase Final do Campeonato da Europa e a classificação entre as 14 melhores do Velho Continente consolidam o valor do Voleibol português e possibilitam a **qualificação** para um dos 3 torneios de pré-qualificação Europeia para os Jogos Olímpicos, a disputar entre os dias 22 e 27 de Novembro de 2011.

Em termos internos, crescemos em termos médios nos últimos 10 anos cerca de 18,9% no número de atletas, 23,5% no número de clubes e 13,5% no número de equipas, sendo claramente a segunda modalidade mais praticada no país.
No percurso de formação para o alto nível, passaram pelas selecções de formação mais de 500 atletas, tendo-se mantido na modalidade até às divisões superiores cerca de 52%.

São estes resultados que nos motivam no dia a dia, em busca de uma excelência que nos manterá na alta roda do voleibol europeu e mundial.

O ano de 2012 será, assim, mais um ano de desafios constantes, aos quais daremos, com iniciativa e coragem, as melhores respostas, sem abdicar dos seguintes princípios:

- Continuar a melhorar quantitativamente o trabalho a desenvolver:
  - no número de atletas (continuar o trabalho de uma Selecção Sénior Masculina alargada), treinadores e staff envolvidos;
  - no volume de preparação e treino;
  - no material e equipamento disponíveis (com realce para o sector tecnológico e informático de estatística, vídeo, observação e análise de jogo);

- Continuar a melhorar qualitativamente a preparação:
  - na presença em competições internacionais de alto nível e estágios de preparação com as melhores equipas do ranking mundial.
  - nos recursos materiais (instalações e T.I.C.) e humanos disponíveis;
  - na logística de apoio a estágios, deslocações, treinos e competições;
  - nos meios financeiros que a suportam;
  - na coordenação e apoio dos clubes e seus treinadores aos trabalhos da Selecção Nacional.

Porto, Outubro 2011

II – LISTA NOMINATIVA DE ATLETAS

SENIORES MASCULINOS

1 Alexandre Baptista Ferreira
2 André Reis Lopes
3 Carlos Henrique Morais Fidalgo
4 Carlos Miguel de Jesus Teixeira
5 Filipe Fontes Pinto
6 Flávio Rodolfo Gonçalves Cruz
7 Frederico Abrantes Siqueira
8 Hugo Fernando Lucas Gaspar
9 Ivo Manuel Correia Casas
10 João Carlos Beja Calado Malveiro
11 João Miguel Sequeira José
12 João Pedro Tavares Simões
13 José Pedro Teixeira Monteiro
14 Manuel Fernando Paiva Silva
15 Marcel Keller Gil
16 Marco Evan Baptista Ferreira
17 Rui António Botas Santos
18 Tiago Jorge Silva Violas
19 Valdir Sousa Sequeira

SENIORES FEMININAS

1 Aline Timm Rodrigues
2 Ana Helena Pereira Gomes Fontes Ribeiro
3 Ana Isabel Ferreira Monteiro
4 Andreia Filipa Lopes Carmelo Anselmo
5 Bonémia Gomes
6 Daniela da Silva Loureiro
7 Eduarda Maria Oliveira Duarte
8 Fabiola Catarina Fernandes Gomes
9 Filipa Diaz Ferreira
10 Joana da Cunha Silva
11 Joana Filipa Vale Neto
12 Joana Gaboleiro Neves Polido
13 Judite Filipa Monteiro Marques
14 Mariana Filipe de Alexandre
15 Mariana Lima Falcão
16 Marta Andrade
17 Marta Santos Hurst
18 Natalia Alyssa Papadopoulos Magalhães
19 Núria Felismina Lopes da Silva
20 Renata Isabel Martins Guerreiro

VOLEIBOL DE PRAIA MASCULINOS

1 José Filipe Moreira Pedrosa Simões
2 Rui Machado Monteiro Moreira
3 Pedro Nuno Pinto Rosas
4 Luis Miguel Barbosa Maia
5 Filipe Fontes Pinto
6 Luis Alves Romeu Puga
7 Ricardo Alvar Ramos Figueiredo e Silva (Sub 23)
8 Fernando Sousa e Silva (Sub 23)

VOLEIBOL DE PRAIA FEMININOS

1. Joana Filipa Vale Neto
2. Mariana Filipe de Alexandre
3. Joana Raquel Martins Resende (Sub 23)
4. Tânia Vanessa Ferreira Oliveira (Sub 23)
5. Marta Santos Hurst (Sub 23)
6. Rosa Alexandre de Sousa Couto (Sub 23)

JUNIORES MASCULINOS

1 Afonso Manuel pereira Guerreiro
2 Alexandre Machado Terra
3 Danilo Xavier Santos Amante
4 Diogo Rodrigues Morais
5 Hugo Filipe Fernandes de Oliveira
6 João Miguel Avelas Gil Oliveira
7 José Nuno Gomes de Brito
8 José Pedro Maia Gomes
9 Lucas Santos Hurst
10 Miguel Tavares Rodrigues
11 Nuno Filipe Oliveira da Silva
12 Rui Miguel Silva Mota

JUNIORES FEMININOS

1 Ana Gil Janeiro Milheirão Pinheiro Costa
2 Ana Luis Afonso Martins
3 Beatriz Lourenço Santos
4 Daniela Sofia Marques Silva
5 Eliana Martins Pereira
6 Margarida Antunes Marques Reis
7 Maria João Santos Tavares
8 Maria Luisa Pinto Falcão Ferreira
9 Maria Miguel Ribeiro Baptista
10 Naraiana Teresa Benicio Pina da Veiga
11 Neusa Muhala Cruz Neto
12 Raquel Crsitina Matos Silva Maia

CADETES MASCULINOS

1 Alexandre Machado Terra
2 André Manuel Ribeiro Rodrigues Lourenço
3 Daniel Madureira Cardoso
4 Diogo Rodrigues Morais
5 Francisco Gomes Cardoso Sousa Barros
6 Gil Barros Cerqueira Meireles Pereira
7 João Bernardo Encarnação Cunha Nascimento Ribeiro
8 João Miguel Avelas Gil Oliveira
9 João Rafael da Silva Santos Alves
10 José Gabriel Antunes Portugal da Fonseca
11 José Nuno Gomes de Brito
12 José Pedro Fonseca Pereira Jardim
13 Pedro Miguel Nunes Miranda
14 Vasco Magalhães Fonseca Lopes Pereira

CADETES FEMININOS

1 Ana Luis Afonso Martins
2 Ana Filipa Gomes dos Santos Silva
3 Ana do Carmo Dias Figueiras
4 Barbara Sofia da Cunha Moreira Gomes
5 Catarina Daniela Bastos Teixeira
6 Cristiana Francisca Guedes da Oliveira
7 Eliana Martins Pereira
8 Inês Lourenço Santos
9 Inês Sofia Nogueira Alves
10 Mafalda Teixeira Louro
11 Margarida Matos da Silva Maia
12 Maria Margarida Vieira Martins
13 Maria Santos Crispiano Vieira
14 Mariana Rocha Maia
15 Sofia Isabel Pinto de Oliveira
16 Sofia Laakkonen Rito

III – CRITÉRIOS TÉCNICOS DA MODALIDADE

Introdução

Todo o conceito de Alta Competição está confrontado com um elevado factor de selecção, rigor e exigência, limitando este nível de prática desportiva àqueles que demonstram e expressam capacidades bem acima da média e que, sobretudo, demonstram talento e vontade ou querer para poderem ser os melhores.

Por isso, aos atletas que fazem parte das selecções nacionais exige-se o exemplo e os atributos dos valores da voluntariedade, do espírito de sacrifício e dedicação que, numa modalidade como o Voleibol, simbolizam um espírito colectivo de entreajuda e solidariedade.
Por isso, a Alta Competição exige empenho, querer, talento e poder, ou seja, destina-se apenas aqueles que, tendo talento, querem e podem.

É neste sentido que entendemos que para um atleta em regime de alta competição não basta pontualmente integrar uma selecção nacional participando numa prova internacional. Temos para nós e a prática assim o demonstra que ser atleta neste regime é estar em permanente superação, *"é ser hoje melhor que ontem, e ser amanhã melhor que hoje"*.
Durante todo este processo, a preparação do atleta e da equipa pressupõe momentos de verificação e aferição, quer pela aplicação de baterias de testes, quer pela execução de exercícios competitivos e ainda de jogos de aferição, para fazermos a avaliação a mais rigorosa possível, tendo em conta a evolução do atleta e da equipa.

Não basta ter sido escolhido em função de qualidades inicialmente verificadas e que perspectivam prestações de alto nível. É necessário que o atleta evolua, pois, caso isso não aconteça, será excluído do processo.

É óbvio que nos estamos a referir essencialmente aos atletas que, estando no percurso de alta competição, estão ainda numa fase de formação e aperfeiçoamento. No entanto, queremos que fique claro que o processo para os praticantes seniores estará também dentro desses princípios.

No sentido de fundamentar os critérios técnicos para a qualificação como praticante desportivo de alta competição e praticante integrado no percurso de alta competição, de acordo com a legislação em vigor, é importante enquadrar o Voleibol Nacional no contexto Mundial e Europeu, bem como compreender a organização do processo de qualificação para as grandes competições mundiais.

Assim a F.I.V.B., é constituída por 220 Federações Nacionais inscritas, divididas por 5 Continentes.

A qualificação para os Campeonatos Mundiais e Jogos Olímpicos é disputada por Continentes – 5 Poules Continentais (Europa, Ásia, África, América do Norte e América do Sul). Ao nível dos Jogos Olímpicos, além dos Torneios por Continente, existe a Taça do Mundo (World Cup), onde se qualificam os 3 primeiros, além dos 3 Torneios de Qualificação Final a nível mundial, nas quais se apura apenas o 1º classificado. Um exemplo do nível do ranking Europeu, tendo em conta a Qualificação para os Jogos Olímpicos de Pequim 2008. Na Taça do Mundo (primeira prova de qualificação para os J.O.P), qualificam-se em 2º Rússia, 3º Bulgária – qualificadas directamente. Na Poule Continental Europeia – final, Sérvia – Espanha (Campeã Europeia 2007), qualifica-se a Sérvia. Nos três Torneios de Qualificação Mundial, qualificam-se: Polónia, Alemanha e Itália. Logo, nos Jogos Olímpicos de Pequim 2008, em 12 equipas masculinas, 6 eram Europeias. Para o Campeonato do Mundo, a qualificação é feita por continentes. No Continente Europeu qualificam-se 8 equipas, sendo que o processo de qualificação se desenrola em 3 fases de qualificação: primeira fase, a primeira equipa de 4 poules; 2.ª fase (Portugal entra nesta fase) – 4 poules (2 de 4 equipas e 2 de 5 equipas) nas quais se apuram 2 e 3 equipas respectivamente; 3ª fase – 4 poules de 4 equipas, apuram-se as duas primeiras, de cada poule. Em 2009 do Continente Europeu qualificaram-se: Rússia; Polónia (Vice-Campeã Mundial – 2006; actual Campeã Europeia - 2009); Bulgária (3ª no Mundial de 2006; actual 3ª Campeonato Europeu – 2009); França (vice-campeã europeia – 2009); Alemanha; Republica Checa; Sérvia e Espanha. Itália é o país organizador do Mundial de 2010.

Ao nível da Confederação Europeia de Voleibol, existem 55 Federações, sendo este o continente mais forte a nível do ranking mundial. Tendo em conta o último ranking da FIVB, (Outubro 2010) são os seguintes os Países Europeus (6 em 10), classificados nos primeiros lugares: Rússia (2º), Itália (3º), Sérvia (4º), Bulgária (7º), Polónia (8º) e Alemanha (10º).

Assim, e em relação ao Campeonato Europeu de 2010/11, actualmente, participam na fase final 16 equipas, as quais, segundo o seu ranking, podem participar em três fases (1ª fase – menos qualificadas, jogam dois jogos casa / fora para se qualificarem – 2ª fase (Portugal entra nesta fase) – nesta fase 24 equipas em 6 poules de 4, apura o 1º, - 3ª fase os 2ºs das 6 poules, jogam entre si casa / fora para apuramento final. Fase final – 6 equipas directamente apuradas, mais 6 equipas da 2ª fase, mais 3 equipas da

3ª fase e País organizador. Existe também o Campeonato Europeu dos Pequenos Países. Portugal disputa a 2ª fase. Actualmente existem 36 equipas inscritas, nestas sucessivas fases. Portugal encontra-se entre os 14 primeiros. Após o Campeonato Europeu de 2011, a classificação é a seguinte: Sérvia (1º), Itália (2º), Polónia (3º), Rússia (4º), Eslováquia (5º), Bulgária (6º), França (7º), Finlândia (8º). Eslovénia (9º), Republica Checa (10.º), Turquia (11.º), Estónia (12.º), Bélgica (13.º), Portugal (14.º), Alemanha (15º), Áustria (16.º).
Segundo o ranking da FIVB., em Outubro de 2011, repare-se que a Polónia 9ª Mundial é 3ª no ranking Europeu, mas a Rússia 2.ª Mundial é 4.ª Europeia, a Itália 3ª Mundial, é 2ª Europeia, a Alemanha, 10ª Mundial é 15.ª Europeia. O ranking Europeu é, por vezes, mais difícil e, competitivo que o Mundial.
No Campeonato do Mundo de 2010, realizado em Setembro/Outubro na Itália, nas 12 primeiras classificadas, encontram-se 8 Selecções Europeias: 3.ª Sérvia; 4.ª Itália; 5.ª Rússia; 7.ª Bulgária; 8.ª Alemanha; 10.ª Republica Checa; 11.ª França; 12.ª Espanha.
Atendendo ao elevado nível das selecções participantes no Continente Europeu, classificadas nos primeiros lugares nos últimos Campeonatos do Mundo e Jogos Olímpicos, consideramos que a qualificação neste Continente é a que maior grau de dificuldade apresenta, como tal, tendo esta que ser mais valorizada que a dos outros Continentes.

É com base neste entendimento que estabelecemos os critérios a seguir definidos, cientes da contextualização a que os mesmos deverão obedecer.

CRITÉRIOS DE SELECÇÃO

1. INTRUDUÇÃO

A selecção de talentos desportivos é actualmente uma actividade extremamente organizada a nível nacional, nos Países mais avançados, e levada à prática por instituições desportivas devidamente estruturadas – Institutos do Desporto e Departamento de Ciências do Desporto, e apoiadas em Programas de Governo que visam a obtenção de resultados a longo prazo no alto rendimento desportivo, e do concomitante sucesso.
Um dos exemplos mais flagrantes citados, tem sido o caso Australiano, na preparação para os Jogos Olímpicos de Sydney em 2004.

Na alta competição desportiva, o talento não é de geração espontânea, implicando antes todo um trabalho de detecção e selecção do mesmo, de desenvolvimento das suas potencialidades genéticas e físicas, através de formas correctas e adaptadas de estimulação, a que o potencial talento é sujeito, sobretudo nas fases iniciais de formação.

Assim, o talento desportivo é um indivíduo com capacidades acima da média, com níveis físicos e mentais elevados, com boa capacidade de aprendizagem e elevada perseverança nos seus esforços. Denotam uma assimilação mais rápida, uma reacção ao estímulo mais pronta e eficaz que a média, quer em treino, quer em competição. A nível psíquico e comportamental, assumem e chamam a si a explicação para o sucesso ou fracasso.

No Voleibol, o seu genotipo assenta em jovens de elevada estatura, de morfotipo longílineo, com grande amplitude articular e elevado comprimento segmentar, ao nível das extremidades, além dum acentuado perímetro palmar e grande capacidade de salto e potência muscular explosiva.

Na sua caracterização, o Voleibol define-se por esforços de carácter maximal e sub-maximal, variáveis em intensidade e duração, com interrupções de caracter variável, mas contínuas.

É considerado um desporto misto (aérobico / anaérobico), embora predominantemente anaérobico aláctico, e caracterizado pelas seguintes capacidades físicas e psíquicas:

- Velocidade de reacção, de execução e de deslocamento;
- Potência muscular ao nível dos membros superiores e inferiores;
- Capacidade de salto (força explosiva e rápida), do trem inferior;
- Resistência em regime de velocidade;
- Capacidades psíquicas e volitivas.

No que se refere às qualidades volitivas, estas pressupõem jogadores com elevado espirito competitivo, combatividade, capacidade de esforço, sacrifício e perseverança nos seus objectivos de aperfeiçoamento, e procura da excelência, de modo a serem capazes de suportarem as elevadas cargas de treino e jogo. No mesmo sentido se exige um elevado espirito de grupo, visando a sua integração e participação no colectivo. Do ponto de vista psíquico, as capacidades de análise, decisão e raciocínio táctico, são elementos preponderantes.

2. CRITÉRIOS

A Selecção baseia-se em primeiro lugar, no conhecimento aprofundado do modelo de rendimento superior em termos biofisiológicos, técnico e psicológico do Voleibol.

a) O primeiro critério de selecção é as disposições genéticas das peculiaridades anatomofisiológicas do jovem desportista.
b) O segundo critério é a aptidão para o desporto em geral: isto é, um conjunto específico de qualidades e capacidades próprias ao nível da personalidade, pois delas depende o sucesso desportivo.
c) O terceiro critério é a capacidade para a actividade específica (Voleibol). Este critério contém vários tipos de operações de jogo, ou seja, skills motores e técnico/tácticos.

Além das endurances aeróbica e anaeróbica (a desenvolver), temos de ter também em conta o nível de coordenação motora, a flexibilidade e a velocidade de movimentos.

Muito importantes para o sucesso nos desportos colectivos, nomeadamente no Voleibol, são os factores psico-funcionais ou pressuposições do jogador.

2.1 CRITÉRIO DE ESCOLHA DA SELECÇÃO NACIONAL

Todos os critérios por nós utilizados serão o mais possível objectivos, para que a escolha seja a mais justa, e onde possíveis erros de observação não interfiram.

Os critérios são os seguintes:

MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS:
- Peso
- Altura
- Perímetros – braço tenso / crural / geminal
- Diâmetros – biacromial / bicristal / bicondilo humeral / palmar / transverso / palmar longitudinal
- Comprimento do membro superior.

SAÚDE DO ATLETA
- Exame Médico

CAPACIDADE FÍSICA
- Testes físicos – força superior / força intermédia / força inferior (Ergo Jump) resistência / velocidade / índice de forma física geral / flexibilidade

CAPACIDADE TÉCNICO / TÁCTICA
- Observação registada em treinos e jogos

CAPACIDADES PSÍQUICAS E VOLÍTICAS
- Testes
- Observações registadas em treinos e jogos

ADAPTAÇÃO FISIOLÓGICA EM TREINO E COMPETIÇÃO
- Observação registada em treinos e jogos

CAPACIDADE DE COMBATER O STRESS
- Observação feita em Estágio

3. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Ao nível do alto rendimento desportivo, e excepto casos excepcionais, sabemos que não é possível a um jovem com um baixo nível inicial, quer de expressão das suas capacidades físicas e psíquicas, quer de estatura, alcançar resultados acima da média. No entanto, e por outro lado, a revelação inicial de grandes potencialidades motoras e psíquicas, bem como uma estatura bem acima da média, não é uma garantia absoluta de obtenção dos resultados esperados. Neste sentido, os aspectos psíquicos e comportamentais, em igualdade de circunstâncias, parecem ser os mais determinantes.

Há pois que salvaguardar, que, apesar dos métodos de selecção poderem ser os mais cuidados e articulados, estão sujeitos a uma alta margem de erro.

Daí a necessidade de ser feita periodicamente, uma avaliação não só do ritmo de desenvolvimento dos resultados desportivos, mas em especial do ritmo de desenvolvimento, no tempo, das diferentes capacidades dominantes no Voleibol.

Não é possível identificar um talento em Voleibol através de uma simples bateria de testes ou por análise de alguns jogos.

Em suma, os critérios por nós elaborados são, sem dúvida, determinantes, mas não decisivos, já que para ser feita uma selecção com rigor científico, requer a realização de um trabalho selectivo, orientado segundo critérios fundamentados, realizados por equipas de pessoas em que se podem incluir médicos, professores e treinadores, o que neste momento já se torna possível.

IV – OBJECTIVOS DESPORTIVOS A ALCANÇAR

NOTA INTRODUTÓRIA

À semelhança do que acontece na sociedade em geral, o desporto nacional atravessa actualmente uma grave crise social, económica e de desenvolvimento.
Aliado a este contexto, a falta de políticas de desenvolvimento e a inércia governamental têm contribuído para um decréscimo da cultura desportiva.

De forma a combater esta tendência, a FPV tem mantido um papel activo na divulgação da prática desportiva orientada para as necessidades e motivações de todos em prol da obtenção de um maior e melhor Voleibol.

As afirmações internas têm-se traduzido numa ascensão contínua do número de praticantes através do crescimento dos projectos de divulgação, promoção e descentralização da modalidade.
Em termos internacionais, através das nossas selecções nacionais, temos consolidado a nossa posição dentro do alto nível desportivo.

Neste contexto, temos enveredado ao longo dos últimos anos por dois caminhos: um trabalho de longo prazo em constante adaptação, potenciando o trabalho de desenvolvimento amplo de atletas com potencial e, contribuindo assim para uma aprendizagem constante e para um percurso que julgamos ser selectivo e enriquecedor, e a participação internacional da nossa Selecção de Seniores Masculinos.

Se, por um lado, conseguimos formar um elevado número de atletas jovens que todos os anos chegam aos nossos clubes da 1ª Divisão e à Selecção Nacional de Seniores, tentando aí ganhar o seu lugar e demonstrar capacidades para permanecerem no mais alto nível desportivo, por outro, a participação nas mais reconhecidas provas europeias e mundiais por parte da nossa Selecção de Seniores Masculinos mantém-nos em constante superação em busca da excelência, expondo o Voleibol a todo o país e, assim, garantindo cada vez mais espectadores e simpatizantes.

É nesta dinâmica que temos construído o nosso percurso. Não estamos conformados e olhamos para o futuro como um momento de oportunidade para nos estruturarmos e rentabilizarmos o trabalho.

SELECÇÃO DE SENIORES MASCULINOS

A Selecção de Seniores Masculinos encontra-se hoje em dia solidamente posicionada num lugar de destaque no panorama do Voleibol europeu e mundial. O 14º lugar obtido no Campeonato da Europa e na Liga Mundial, em 2011, são os resultados mais recentes do caminho trilhado.
O ano de 2012 será encarado como o ano da consolidação desportiva. Num continente onde se encontram as selecções mais fortes do mundo da modalidade, a nossa selecção terá uma vez mais de demonstrar o seu valor, disputando em Setembro de 2012 o apuramento para o Campeonato da Europa de 2013.
Assim, na próxima época, daremos uma resposta positiva à participação na Liga Mundial, mas com a noção de que a competição fará parte de um plano rigoroso de competições de aferição, que assentarão num trabalho de incremento substancial do volume de treino e jogo, com o objectivo maior de qualificação para o Europeu 2013.
Conscientes deste percurso e da necessidade de confirmar as expectativas e de atingir o objectivo maior, iremos sujeitar esta Selecção a um plano minucioso com um raio de intervenção, que vai desde a monitorização dos atletas nos próprios clubes, à avaliação estatística do seu rendimento, bem como à integração gradual de atletas jovens que participam em provas de aferição.
Julgamos que assim, o trabalho de continuidade realizado nestes últimos anos terá certamente preponderância na definição dos objectivos para o corrente ano.

1 – Calendarização e Planeamento do trabalho

Pelo facto de estarmos cada vez mais limitados pelos calendários competitivos dos diferentes campeonatos, tornou-se imperativo procedermos à organização de uma calendarização conjunta e bem estruturada.
Deste modo, a Selecção de Seniores Masculinos terá a época desportiva desdobrada em dois grandes momentos, ao longo das 19 semanas que ficará em actividade.

O primeiro momento:

- Entre os dias 26 de Abril a 20 de Maio – estágio de preparação;
- De 25 de Maio a 1 de Julho – Liga Mundial;

O segundo momento:

- De 13 Agosto a 2 de Setembro – estágio de preparação;
- 6 a 16 de Setembro – Qualificação para o Campeonato da Europa;

Nesta calendarização, propomos a realização do seguinte plano de preparação, que terá início a 26 de Abril e se prolongará até início de Setembro. Com 20 semanas, divididas em 3 microciclos, este plano terá um volume de 610 horas, distribuídas da seguinte forma:

	Carga Horária	Percentagem
Preparação Física	219,6	36%
Preparação Técnica	152,5	25 %
Preparação Táctica	192,15	31,5 %
Preparação Teórica	36,6	6 %
Testes de controlo	6	1 %
Testes médicos	3,05	0.5 %

2 – Objectivos de trabalho

Na sequência dos anos transactos, o objectivo principal desta selecção é assegurar um plano de continuidade com objectivos no médio e no longo prazo, sem comprometer a capacidade competitiva imediata, permitindo, dessa forma, um desenvolvimento amplo, que garanta a manutenção dentro do alto nível mundial e que contribua desportivamente para a obtenção de relevo quer europeu quer mundial.
Assim, esta selecção, ao participar na Liga Mundial, terá como objectivo imediato a obtenção de um lugar que lhe permita garantir a manutenção na edição de 2013, aferindo um grupo de atletas que permita obter o objectivo maior de qualificação para o Campeonato da Europa.

SENIORES FEMININOS

Temos a noção de que só com um trabalho realmente sério e com atletas ambiciosas poderemos crescer e fazer um trabalho que nos projecte a nível internacional. Após várias tentativas ao longo destes anos, ainda não nos foi possível obter os resultados a que nos propomos, mesmo sabendo que as probabilidades de sucesso são maiores no sector feminino do que no sector masculino, pelo facto, de o nível ser muito semelhante e menos desenvolvido.

Na próxima época, a Selecção de Seniores Femininos irá entrar numa nova fase de desenvolvimento. A nova estratégia de trabalho contínuo irá permitir a um grupo de atletas, que foram passando pelas selecções jovens e sujeitas a um volume de trabalho de grande exigência, a possibilidade de consolidação de um nível de rendimento mais próximo do alto nível.
Pretendemos reunir para participação nas competições internacionais a que nos propusermos um grupo de atletas ambiciosas com condições físicas e técnicas e com um percurso regular nas selecções jovens e proporcionar-lhes uma experiência competitiva que lhes permita desenvolver-se e crescer em termos desportivos.
Depois de nos últimos anos termos optado por um processo misto, julgamos ser a altura certa para apostarmos no trabalho interno e num projecto que eleve o Voleibol feminino em termos nacionais e internacionais, por forma que a, num curto espaço de tempo, nos possamos bater com as melhores selecções europeias.

ESCALÕES DE FORMAÇÃO

Um trabalho de treino a longo prazo é fundamental para produzir atletas de elite, algo que é necessário ser transmitido e compreendido por todos. Além disso, sabemos que o sucesso desportivo se consegue com um trabalho de longo prazo, em que se privilegia um bom rendimento desportivo associado a um grande volume de trabalho, expresso em competições de preparação e aferição e no tempo de permanência em estágios.
Este processo, acoplado ao processo de captação, selecção e preparação que temos adoptado nos últimos anos, tem tido resultados visíveis ao nível dos índices atléticos e técnicos. Os dados das nossas selecções, principalmente as masculinas, mas com aproximação das femininas, apresentam hoje valores médios nos indicadores usados na modalidade: altura, capacidade de salto no bloco e ataque, bem como na eficácia técnico-táctica, próximos já dos níveis das selecções do top europeu.

MASCULINOS

Actualmente, o Voleibol, tanto a nível nacional como internacional, adquiriu valores preocupantes sob o ponto de vista económico e social. Esta inquietação levou-nos à reformulação dos trabalhos, associando duas gerações, permitindo aos atletas com potencial a inclusão num processo de formação numa plataforma para o alto nível desportivo com uma duração mínima de 3 anos.

Assim, dando sequência às épocas anteriores e inserida na estrutura de formação deste grupo pretendeu dar continuidade ao trabalho desenvolvido no escalão de cadetes e juniores, contribuindo ainda para o provimento da Selecção Sénior Masculina. Este grupo é constituído por um conjunto de atletas com bons índices físicos que trabalham na persecução de um desenvolvimento técnico, táctico e físico amplo e maximal.
O facto de cada vez mais atletas que passam por este processo serem contratados por equipas seniores da 1ª Divisão é para nós um motivo de orgulho e o espelho do trabalho de formação desportiva desenvolvido em colaboração com os clubes.
Em 2012, iremos manter um grupo de atletas cadetes e juniores em estágio permanente a competir com regularidade sob o nome de Selecção Nacional Júnior no Campeonato Nacional da 3ª Divisão. Como estratégias, iremos realizar estágios pontuais para observação de novos e potenciais atletas ou mesmo de avaliação de atletas já referenciados.
No que diz respeito às competições oficiais de selecções, iremos participar no tradicional Torneio Internacional Navidad em Espanha e disputar a Qualificação Europeia, no qual, embora tenhamos a noção das dificuldades não podemos traçar metas menos ambiciosas do que a qualificação para a Fase Final do Campeonato da Europa.

FEMININOS

Para o sector feminino de formação, o ano de 2012 deverá ser um ano de integração e reformulação.
A experiência e os resultados obtidos no sector masculino levam-nos a tomar a decisão de traçar caminho idêntico no sector feminino. Daí que em 2012 iremos reunir um grupo de atletas cadetes e juniores, com potencial, alicerçado num trabalho contínuo em estágio permanente.
A elaboração de um trabalho sério e contínuo com um grupo residente será a base de um plano mais alargado, que não estará limitado à época desportiva nem ao ano civil.
Os primeiros passos já foram dados através da selecção e manutenção, desde Setembro, em estágio permanente no Colégio dos Carvalhos de um grupo alargado de jovens com idades compreendidas entre 14 e 17 anos, que nos possibilitarão, juntamente com um grupo de atletas que se encontra em regime de semi-concentração, com treinos diários, no Pavilhão Miranda de Carvalho, garantir uma participação digna na Poule de Qualificação para o Campeonato da Europa, mas, acima de tudo, preparar condignamente a qualificação para o Campeonato da Europa de Cadetes em Janeiro de 2013.

CENTROS DE TREINO PARA O ALTO NÍVEL DE VOLEIBOL DE PRAIA

Os Centros de Treino têm, nos últimos anos, constituído o núcleo da formação, promoção e desenvolvimento do Voleibol de Praia, sobretudo no que diz respeito aos jovens de ambos os géneros, a partir dos 14 anos de idade.

O Projecto inclui:

- Um mini-estágio de observação para escalões etários específicos nas férias escolares da Páscoa, actividade que anuncia e prepara para o trabalho do Verão dos Centros de Treino e antecipa, por vezes, a pré-seleção para provas que acontecerão logo no início da época de Verão;
- O enquadramento técnico dos treinos diários, nos meses de Maio a Agosto, para os diversos escalões abrangidos, por regra 3 femininos e 3 masculinos, é efectuado por uma equipa técnica experiente a qual tem coloca os seguintes objectivos:
    1) iniciação dos mais jovens na modalidade;
    2) Possibilitar o aperfeiçoamento físico, técnico e táctico dos atletas que já frequentavam os Centros anteriormente;
    3) Detectar e seleccionar os que revelam maior potencial para o alto nível de Voleibol de Praia;
- A preparação dos atletas seleccionados, em fases sucessivas, para serem os representantes do país em competições internacionais nos diversos escalões até Sub-23;
- O acompanhamento e enquadramento dessas equipas nacionais durante as provas, no país ou no estrangeiro;
- A promoção periódica de torneios (quase duas dezenas de "Torneios SUB", com várias centenas de participantes em 2011), destinados aos vários escalões abrangidos, de cujas classificações resultam, no final do Verão, os títulos nacionais atribuídos a cada idade. Estas competições constituem eventos festivos, com grande participação dos familiares e até dos veraneantes, sendo uma promoção excelente da modalidade e da competição desportiva ética e saudável.

A grande actividade dos Centros de Treino tem sido responsável em grande parte pela renovação do Voleibol de Praia, com uma quantidade significativa de jovens já participantes nas provas de seniores e com um conjunto de resultados internacionais encorajadores, sobretudo se tivermos em conta os avultados investimentos realizados em diversos países nos últimos anos e que tornaram o Voleibol de Praia, nesses lugares, uma modalidade de ano inteiro e altamente profissionalizada.

Em 2012, a actividade terá início, como habitualmente, nas férias escolares da Páscoa e, a partir de Maio, durante todo o Verão, com o trabalho diário e competições para os escalões Sub-15, 17 e 19, de ambos os sexos. Será garantido igualmente pela equipa técnica o processo de selecção e preparação de duplas para as competições internacionais, bem como a supervisão do trabalho em eventuais participações internacionais de iniciativa pessoal dos próprios atletas, que a Federação não possa suportar financeiramente, acautelando porém a qualidade do trabalho e a dignidade da participação.
Para além dos objectivos enunciados, será igualmente prioridade em 2012 o alargamento do âmbito geográfico das actividades. Os Centros de Treino, apesar de sediados no Norte, são de abrangência nacional e recebem, nos treinos e competições que promovem, atletas de todo o país. Naturalmente, deparando-se com as dificuldades inerentes à distância, sobretudo tratando-se de jovens jogadores.

Com o propósito de as atenuar, e também de alargar o âmbito da observação e prospecção de talentos para a modalidade, serão estabelecidos protocolos de cooperação com instituições de outras zonas do país, nomeadamente da zona Centro/ Oeste e Sul, que com a coordenação e supervisão técnica e pedagógica da Federação, constituam núcleos de Centros de Treino a funcionarem em moldes e com objectivos idênticos, e também promovam torneios pontuáveis para os rankings nacionais dos escalões "Sub".

Mais uma vez, será a equipa dos Centros de Treino a responsável técnica pelas participações internacionais de 2012.
Não estando definidos ainda os locais onde se realizarão as mais importantes competições internacionais, condição que poderá condicionar a escolha de provas a participar, Portugal terá certamente representantes nos Jogos Desportivos da CPLP e em alguns dos escalões nas provas internacionais "Sub" (Sub-18, 19, 20, 21 e 23).
Contudo, é nossa pretensão antecipar a preparação para estas provas de grande impacto internacional. Assim, mal sejam definidas as que contarão com representação portuguesa, será desencadeado o processo de contactos e procurados consensos que permitam uma preparação mais alargada no tempo e nos possibilitem condições mais próximas das que desfruta a maioria dos adversários. Contamos já com um leque de atletas com alguma experiência e vários outros sinalizados com potencialidade para o alto nível na modalidade, sendo necessário encurtar o espaço que separa as épocas para se obter um efeito de continuidade e rentabilizar ainda mais a sua preparação.

V - ESTRATÉGIA DE DESENVOLVIMENTO

SELECÇÕES

As estratégias de desenvolvimento desportivo na estrutura federativa estão bem definidas:

O Gira-Volei, projecto iniciado em 1999, com o objectivo fundamental de expansão e massificação da modalidade, visa proporcionar aos jovens com idades compreendidas entre os 8 e 15 anos uma actividade lúdica e desportiva, tentando desta forma iniciar as crianças no Voleibol.
Esta onda que alterou o absentelsmo e levou o Voleibol a todo o país tornou-se uma máquina na divulgação e promoção da modalidade. Através dela, os jovens podem praticar e identificar-se com a modalidade através de uma vertente de 2x2 caracterizada por todos como fácil, divertida e competitiva. Através deste um método de iniciação simplificado e adaptado, do qual são reflexo a adequação do tamanho do campo, do peso da bola, da altura da rede e das regras de jogo às necessidades das crianças, este projecto teve uma repercussão, aceitação, visibilidade e uma notoriedade nacional que colocou o Voleibol como a 2ª modalidade mais praticada em Portugal logo atrás do futebol. 150.000 é o número de jovens que envolve este projecto.

Os **Centros de Formação** são a fase mais próxima de um modelo de formação que se pretende amplo mas preciso. A integração dos jovens atletas num trabalho a longo prazo com bases sólidas e estruturadas tem aqui os seus primeiros passos. Esta estrutura conjunta entre clubes, associações e Federação antecipa a entrada de jogadores nas selecções nacionais jovens.
A perspectiva de formar uma linha de orientação técnica nacional, bem como a constituição de um espaço de formação de treinadores e, mesmo, de um local de realização de trabalhos de investigação, fazem parte dos objectivos destes centros.
Para além do seu funcionamento semanal, estes Centros de Formação realizam, nos períodos de férias escolares, estágios de concentração nacional, de forma a objectivar, homogeneizar e avaliar o trabalho desenvolvido.
Assim, os Centros de Formação oferecem uma dinâmica de funcionamento e metodologias de trabalho que visam garantir o desenvolvimento multilateral do jogador, nos momentos iniciais da sua formação e níveis de prestação progressiva mais elevados, numa perspectiva de longo prazo. São estes jogadores que, após dois anos nos Centros de Formação, servirão de base à constituição das Selecções mais jovens.

Ao transitarem para as **Selecções Jovens (Cadetes e Juniores)**, estes atletas integram de imediato um regime de concentração permanente, onde são alvo de acompanhamento pedagógico, familiar e médico-desportivo, através da realização de avaliações sistemáticas do controlo do treino, de modo a fornecer indicadores de referência do rendimento desportivo no contexto da sua formação integral.
O trabalho aí desenvolvido tem por objectivo perspectivar o futuro, solidificando bons índices físicos e técnico-tácticos, através de um trabalho qualitativo com um volume elevado de preparação.
Nestas selecções, que se têm aproximado daquelas que no passado recente eram, para nós, imbatíveis, os índices físicos e antropométricos que os atletas revelam são já significativos. Mais concretamente, a estatura apresenta valores médios que não ficam aquém das melhores equipas internacionais. Com o refinamento técnico-táctico e experiência competitiva que proporciona aos jogadores participar, pelos clubes, nos campeonatos das divisões superiores de seniores e nos encontros internacionais pela Selecção, será possível, a breve trecho, dar o salto necessário que nos falta para emparceirarmos com as melhores equipas.
Procurando definir uma linha de orientação e visão de futuro, nestas Selecções encontram-se alguns dos valores que irão reforçar e renovar as Selecções Seniores.

Conscientes deste longo percurso de construção humana e desportiva, mantemos os nossos objectivos gerais:

- Promover e divulgar a modalidade;
- Descentralizar a prática da modalidade;
- Manter a aposta num trabalho de continuidade e formação, com bases sólidas alicerçado um processo de concentração permanente para as selecções nacionais;
- Garantir a continuidade de renovação das selecções seniores.

VI – QUADROS DE ACÇÕES A DESENVOLVER

No Voleibol, há mais de dezena e meia de anos de trabalho contínuo que construímos as fundações do e para o alto rendimento desportivo. Têm sido anos de muito trabalho, empenho, esforço, criatividade e inovação na angariação de recursos – humanos, financeiros e tecnológicos, e eficácia e eficiência na sua utilização. Por tudo isto, é hoje uma constatação que o Voleibol tem garantido uma expressão e crescimento em termos internos e externos. Se a principal visibilidade deriva da participação e resultados da Selecção de Seniores Masculina, não podemos deixar de referir a presença constante das nossas selecções de formação nos apuramentos Europeus e Mundiais bem como no trabalho desenvolvido diariamente nos estágios permanentes.
Tudo isto faz parte de uma caminhada que se pretende longa e um processo evolutivo que nos leve a uma consolidação de rendimento em todos os patamares e escalões.
Em 2012, propomos que as selecções participem nas seguintes provas de aferição tentando melhorar o nosso processo formativo:

- **CADETES MASCULINOS**
  - Torneio Navidad
  - Bilateral com Espanha

- **CADETES FEMININOS**
  - Torneio Navidad
  - Bilateral com Espanha

- **JUNIORES MASCULINOS**
  - Torneio Novotel
  - Poule de Qualificação para o Campeonato da Europa
  - Campeonato da Europa

- **JUNIORES FEMININOS**
  - Torneio Novotel
  - Poule de Qualificação para o Campeonato da Europa
  - Campeonato da Europa

- **SENIORES MASCULINOS**
  - Liga Mundial
  - Poule de Qualificação para o Campeonato da Europa
  - Poule de Qualificação Europeia para os Jogos Olímpicos – Londres 2012

- **SENIORES FEMININOS**
  - Poule de Qualificação para o Campeonato da Europa

SELECÇÃO DE CADETES MASCULINOS

- ENQUADRAMENTO HUMANO:

Dirigente:	Joaquim Pacheco
Coordenador:	Prof. Daniel Lacerda
Treinador Principal:	Prof. José Rojas
Treinador Adjunto:	Prof. Igmar Montalvo
Médico:	Dr. Ricardo Aido
Fisioterapeuta:	Dr. Diogo Barata

- TORNEIO NAVIDAD

- Prova organizada pela Federação Espanhola de voleibol

Local:	Guadalajara
Data:	26 a 30 de Dezembro de 2012
Nº de Países a participar:	4
	A designar
Resultado que se prevê alcançar:	2 primeiros classificados

- TORNEIO BILATERAL

- Prova organizada pela Federação Portuguesa de voleibol

Local:	A designar
Data:	19 a 22 de Dezembro de 2012
Nº de Países a participar:	2
	POR - ESP
Resultado que se prevê alcançar:	2 primeiros classificados

SELECÇÃO DE CADETES FEMININOS

- ENQUADRAMENTO HUMANO:

Dirigente:	Amélia Melo
Coordenador:	Prof. Daniel Lacerda
Treinador Principal:	Prof. Gilda Harris
Treinador Adjunto:	Prof. Paula Semedo
Médico:	Dr. Carlos Magalhães
Fisioterapeuta:	Dr. Bárbara Magalhães

- TORNEIO NAVIDAD

- Prova organizada pela Federação Espanhola de voleibol

Local:	Guadalajara
Data:	26 a 30 de Dezembro de 2012
Nº de Países a participar:	4
	A designar
Resultado que se prevê alcançar:	2 primeiros classificados

- TORNEIO BILATERAL

- Prova organizada pela Federação Portuguesa de voleibol

Local:	A designar
Data:	19 a 22 de Dezembro de 2012
Nº de Países a participar:	2
	POR - ESP
Resultado que se prevê alcançar:	2 primeiros classificados

SELECÇÃO DE JUNIORES MASCULINOS

- ENQUADRAMENTO HUMANO:

Dirigente:	Joaquim Pacheco
Coordenador:	Prof. Daniel Lacerda
Treinador Principal:	Prof. José Rojas
Treinador Adjunto:	Prof. Igmar Montalvo
Médico:	Dr. Ricardo Aido
Fisioterapeuta:	Dr. Diogo Barata

- NOVOTEL CUP 2012

- Prova organizada pela Federação Luxemburguesa de voleibol

Local:	Luxemburgo
Data:	6 a 8 de Janeiro 2012
Nº de Países a participar:	4
	A designar
Resultado que se prevê alcançar:	2 primeiros classificados

- POULE DE QUALIFICAÇÃO PARA O CAMPEONATO DA EUROPA

- Prova organizada pela Confederação Europeia de Voleibol

Local:	
Data:	11 a 15 de Abril 2012
Nº de Países a participar:	30
Na Poule de Portugal	A designar
Resultado que se prevê alcançar:	3 primeiros classificados

- CAMPEONATO DA EUROPA

- Prova organizada pela Confederação Europeia de Voleibol

Local:	Dinamarca e Polónia
Data:	25 de Agosto a 2 de Setembro de 2012
Nº de Países a participar:	12
No grupo de Portugal	
Resultado que se prevê alcançar:	10 primeiros classificados

SELECÇÃO DE JUNIORES FEMININOS

- ENQUADRAMENTO HUMANO:

Dirigente:	Amélia Melo
Coordenador:	Prof. Daniel Lacerda
Treinador Principal:	Prof. Fernando Luís
Treinador Adjunto:	Prof. Filipe Lacerda
Médico:	Dr. Carlos Magalhães
Fisioterapeuta:	Dr. Bárbara Magalhães

- NOVOTEL CUP 2012

- Prova organizada pela Federação Luxemburguesa de voleibol

Local:	Luxemburgo
Data:	6 a 8 de Janeiro 2012
Nº de Países a participar:	4
	A designar
Resultado que se prevê alcançar:	2 primeiros classificados

- POULE DE QUALIFICAÇÃO PARA O CAMPEONATO DA EUROPA

  - Prova organizada pela Federação Internacional de Voleibol

Local:	A designar
Data:	11 a 15 de Abril
Nº de Países a participar:	30
Na Poule de Portugal	A designar
Resultado que se prevê alcançar:	3 primeiros classificados

- CAMPEONATO DA EUROPA

  - Prova organizada pela Confederação Europeia de Voleibol

Local:	Turquia
Data:	18 a 26 de Agosto de 2012
Nº de Países a participar:	12
No grupo de Portugal	
Resultado que se prevê alcançar:	10 primeiros classificados

SELECÇÃO DE SENIORES MASCULINOS

- ENQUADRAMENTO HUMANO:

Dirigente:	António Sá
Coordenador:	Prof. Daniel Lacerda
Team manager:	Nuno Nunes
Treinador Principal:	Prof. Juan Diaz
Treinador Adjunto:	Prof. Hugo Silva
Treinador Adjunto:	Prof. André Sá
Estatístico:	Prof. Ricardo Teixeira
Médico:	Dr. Nelson Puga
Médico:	Dr. Carlos Magalhães
	Dr. Ricardo Aido
Fisioterapeuta:	Dr. Nélson Leitão

- LIGA MUNDIAL

  - Prova organizada pela Federação Internacional de Voleibol

Local:	Vários
Data:	25 de Maio a 1 de Julho 2012
Nº de Países a participar:	Na Prova: 16 equipas
	Na Poule de Portugal: 4
Resultado que se prevê alcançar:	2 primeiros classificados no grupo

- QUALIFICAÇÃO PARA O CAMPEONATO DA EUROPA

  - Prova organizada pela Confederação Europeia de Voleibol

Local:	A definir
Data:	Maio de 2012
Nº de Países a participar:	36
Resultado que se prevê alcançar:	Apuramento para o Campeonato da Europa

SELECÇÃO DE SENIORES FEMININOS

- ENQUADRAMENTO HUMANO:

Dirigente:	Maria de Lurdes Lopes
Coordenador:	Prof. Daniel Lacerda
Treinador Principal:	Gilda Harris
Treinador Adjunto:	Igmar Montalvo
Médico:	Drª Marta Massada
Fisioterapeuta:	Bárbara Magalhães

- QUALIFICAÇÃO PARA O CAMPEONATO DA EUROPA

- Prova organizada pela Confederação Europeia de Voleibol

Local:	A definir
Data:	Maio de 2012
Nº de Países a participar:	33
Resultado que se prevê alcançar:	2 primeiros classificados no grupo

CENTROS DE TREINO PARA O ALTO NÍVEL DE VOLEIBOL DE PRAIA

- **ENQUADRAMENTO HUMANO:**

Director:	Henrique Gomes
Coordenador Técnico:	Prof. Francisco Fidalgo
Treinador Principal:	Prof. Francisco Fidalgo
Treinador Adjunto:	Miguel Maia, João Brenha
Assistentes técnicos:	João Pedro Vieira, Filipa Teixeira, Sérgio Soares, Pedro Castro
Médico:	Dr. Ricardo Aido Dr.ª Marta Massada
Fisioterapeuta:	A designar

- **ESTÁGIO DE OBSERVAÇÃO**

- Prova organizada pela Federação Portuguesa de Voleibol

Local:	Espinho (Portugal)
Data:	11 a 15 de Junho

- **ESTÁGIO PERMANENTE**

- Prova organizada pela Federação Portuguesa de Voleibol

Local:	Espinho (Portugal)
Data:	Segunda a quinta-feira de 18 de Junho a 24 de Agosto

- **TORNEIOS SUB**

- Prova organizada pela Federação Portuguesa de Voleibol

Local:	Vários (Portugal)
Data:	Fins-de-semana de 30 de Junho a 26 de Agosto

VII – APOIO MÉDICO DESPORTIVO

A publicação do Decreto-Lei nº272, de 1 de Outubro de 2009, que se foca exclusivamente no desporto de alto rendimento, cortando umbilicalmente e de forma drástica tudo o que anteriormente concedia e estatuía como medidas de apoio específicas, nomeadamente aos atletas das selecções nacionais, tem-nos criado algumas dificuldades.

Este novo contexto legal obrigou-nos a uma reorganização e adaptação na forma de apoio e intervenção directa aos atletas.

A reformulação da antiga sede para criação de um gabinete de apoio médico é a face mais visível desta mudança. Este espaço devidamente equipado e com dois fisioterapeutas a tempo inteiro tem acolhido regularmente os atletas das diferentes selecções, quer para fazer exames médicos quer para efectuar tratamentos diários.

Assim, a alteração legislativa efectuada não restringiu os nossos objectivos prévios, mas será um motivo de motivação para a nossa acção futura.

No próximo ano teremos os seguintes objectivos:

1. Avaliação geral e aptidão médica dos atletas;
2. Controlo e avaliação médica do treino;
3. Apoio à traumatologia e sua reabilitação;
4. Cooperação com o corpo técnico;
5. Elaboração de plano de emergência médica nos recintos desportivos e formação em suporte básico de vida para os agentes desportivos envolvidos;
6. Acções de formação externas com apresentação de temas em Congresso da especialidade;
7. Aposta no trabalho preventivo de equilíbrio muscular e postural;
8. Avaliação antropométrica e trabalho de apoio nutricional com nutricionistas contratados para o efeito;

Todos estes itens irão abranger os atletas que forem chamados à Selecção Nacional ou que façam parte do projecto de Alta Competição, realizando, para além dos habituais exames médicos obrigatórios por lei, despiste de situações sub-clinicas com execução de exames analíticos gerais.

A colaboração com o corpo técnico será constante, com vista à criação de atitudes específicas de rigor e qualidade na Alta Competição, no intuito de defesa e do aproveitamento do rendimento do atleta.