



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE VOLEIBOL

**PLANO DE ALTA
COMPETIÇÃO
2016**



ÍNDICE

	PÁG
I Nota Introdutória	1
II Lista Nominativa de Atletas	3
III Critérios Técnicos da Modalidade	8
IV Objectivos Desportivos a Alcançar	12
V Estratégia de Desenvolvimento	20
VI Quadros de Acções a Desenvolver	22
VII Apoio Médico Desportivo	32

ANEXO

Regulamento das Selecções Nacionais

I - NOTA INTRODUTÓRIA

Em 2015, a selecção nacional de seniores masculinos, competiu em dois eventos, no âmbito do alto rendimento desportivo: o play-off final de apuramento para a qualificação do Campeonato da Europa de 2015 e a participação na Liga Mundial. Assim, no Campeonato da Europa Portugal defrontou a Eslovénia. Na Eslovénia, Portugal podia ter vencido o primeiro set que perdemos por 29-31, o que poderia ter alterado todo o jogo. Não o conseguindo a equipa da casa, com alguma sorte e um jogador decisivo no serviço, fechou o jogo a 3-0. No retorno teríamos de ganhar por 3-1, para poder disputar o chamado Golden Set. Estando a vencer por 2-1, Portugal não conseguiu fechar o jogo, vencendo por 3-2 e não acedendo à fase final do Europeu. Registe-se que a Eslovénia foi a sensação do Campeonato Europeu 2015, chegando à final com a França e obtendo a medalha de prata e 2.º lugar no pódio.

Na Liga Mundial, na Poule E, Portugal tinha como adversários a Finlândia (9.ª no Mundial 2014 e 8.ª no Europeu), a Bélgica (11.ª no Mundial e 7.ª no Europeu) e a Holanda (10.ª no Europeu) ou seja, países com grande desenvolvimento desportivo e económico. Com uma equipa em fase de renovação, após o play-off de qualificação para o Europeu e a lesão do nosso capitão e elemento importante, na estabilidade competitiva e emocional da equipa, Portugal enfrentou um desafio difícil. No entanto, alguns pontos positivos foram alcançados, como o lançamento de alguns jovens talentos, bem como a recuperação de outros jogadores com potencial a quem foi dado a titularidade e revelaram novas capacidades competitivas.

Na competição internacional o aumento do investimento económico e altos padrões de profissionalismo têm-se tornado norma. Sabemo-lo e sentimo-lo na prática, pois a obtenção de resultados no alto nível de rendimento é cada vez mais difícil e desafiador, não bastando o talento por si, para assegurar resultados positivos, toda a estruturação do percurso e sua logística são fundamentais.

No início deste segundo milénio, um aumento do investimento feito quer pela Federação e pelas instituições governamentais no desporto de alto rendimento ou seja nas Selecções Nacionais e seus atletas, ajudou-nos a melhorar o desempenho e resultados, mas a situação socioeconómica deteriorou-se e esses investimentos retrocederam bastante. Mas, estamos conscientes de que estes ganhos de rendimento competitivo, apenas ajudaram a colocar Portugal na linha da frente, juntamente com outros Países com sistemas de alta competição bem estruturados e bem apoiados economicamente.

A realidade é que a evolução do nosso sistema de apoio ao alto rendimento desportivo tem estagnado e isto é uma constatação válida para todo o Desporto Português, com eventual excepção de uma ou outra modalidade individual, mercê sobretudo do próprio talento individual em causa. Sabemos que possuímos uma base de talentos pequena e baixos níveis de financiamento, quando comparados com outros Países que dominam o ranking do alto nível mundial. Assim, necessitamos de ter uma grande capacidade de discernimento e de inteligência, aliada a uma estratégia e inovação de alta qualidade na execução e financiamento dos nossos projectos e visão global de médio prazo. Acresce o cada vez menor apoio aos nossos mais promissores talentos, sobretudo em termos da sua inserção no Ensino Superior, a qual constituía uma mais-valia inovadora para a sua integração no alto rendimento, quer em termos pessoais, quer familiares e que mercê da renovação do D.L 272/2009 se perdeu.

Os resultados na alta competição são como todos o sabem fruto de um trabalho prolongado, que se baseia em três pontos fundamentais: programa de detecção, selecção de talentos e seu desenvolvimento (TID) – selecções jovens; competição e experiência no alto nível - seniores; manutenção e evolução constante do patamar de rendimento alcançado. Sendo uma constatação científica, que a formação de um atleta para o alto rendimento exige em média dez anos de treino e formação, então este é também o tempo de trabalho base para a construção de uma selecção para o alto rendimento.

A evolução das selecções jovens e seniores, na nossa modalidade é um percurso com quase um quarto de século de trabalho contínuo, na construção das fundações do e para o alto rendimento desportivo. São 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 vindo a colher os frutos do trabalho e investimentos a longo prazo, apesar das cada vez maiores dificuldades do presente.

Na evolução para o alto rendimento, a identificação e desenvolvimento dos talentos e sua inserção no sistema desportivo a este nível são factores fundamentais. Estes evoluem em dois níveis de formação final: Rendimento (a partir da identificação dos mesmos, constrói-se a fase de especialização aprofundada e de competição, de modo a transformar atletas talentosos, em atletas de classe mundial); Excelência (atletas de classe mundial que vencem ao mais alto nível). Por isso, sabemos que a renovação de valores é um dos aspectos mais difíceis na manutenção no patamar do alto rendimento desportivo. Também aqui e apesar de sermos quase corredores solitários, em comparação com Países com grande organização desportiva e com programas de detecção de talentos já muito organizados a nível nacional (Austrália, França, Bélgica, Finlândia, Canadá, Reino Unido), temos revelado uma capacidade de auto-renovação, que nos tem permitido manter uma regular capacidade competitiva, mesmo quando esta é e tem sido, ao mais alto nível Europeu e Mundial. No entanto, estamos conscientes que se torna fundamental ter um maior e mais fundamentado apoio das instituições que superintendem a política desportiva nacional, no que se refere ao alto rendimento desportivo, e à valorização da identificação e desenvolvimento dos talentos desportivos, sobretudo ao nível dos desportos colectivos, de modo a poder-se constituir uma base mais vasta destes talentos. Esta evidência é grande, sobretudo nas modalidades que exigem um genótipo de altura elevada, como é o nosso caso, e em que os dados estatísticos nos referem que na população em geral existem 13,5 % de pessoas altas e 2% de pessoas muito altas.

Teremos em 2016, um ano de desafios constantes, atendendo à nossa participação na Liga Mundial e na Qualificação para o Europeu de 2017, aos quais daremos, com iniciativa e coragem, as melhores respostas, sem abdicar dos princípios que nos têm orientado e que se baseiam nos seguinte padrões:

- Continuar a melhorar quantitativamente o trabalho a desenvolver:
 - No número de atletas (continuar o trabalho de uma Selecção Sénior Masculina alargada e em renovação), treinadores e staff envolvidos;
 - No volume de preparação e treino;
 - No material e equipamento disponíveis (quer a nível específico da modalidade, quer no sector tecnológico e informático de estatística, vídeo, observação e análise de jogo), sector este em que estamos a perder o contacto com os países mais evoluídos, devido sobretudo às dificuldades orçamentais para o apetrechamento tecnológico;

- 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, apesar dos fortes constrangimentos financeiros actuais;
 - Nos recursos materiais (instalações), tecnológicos 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 de 2015

II – LISTA NOMINATIVA DE ATLETAS**SENIORES MASCULINOS**

- 1 Afonso Manuel Pereira Guerreiro
- 2 Alexandre Baptista Ferreira
- 3 André Ferreira Rosa
- 4 André Reis Lopes
- 5 Bruno Santos Cunha
- 6 Diogo André Peixoto Costa Pereira
- 7 Fabrício Cândido Araújo da Silva
- 8 Filip Cveticanin
- 9 Filipe de Oliveira Sousa
- 10 Filipe Fontes Pinto
- 11 Francisco Fabião Tavares Rocha
- 12 Hugo Fernando Lucas Gaspar
- 13 Ivo Manuel Correia Casas
- 14 João Miguel Avelãs Gil Oliveira
- 15 João Nuno Gaioso Vaz Fidalgo
- 16 Jorge Miguel Almeida Graça
- 17 José Neves das Neves
- 18 José Pedro Maia Gomes
- 19 Lourenço Garcia Martins
- 20 Marcel Keller Gil
- 21 Marco Evan Baptista Ferreira
- 22 Miguel Tavares Rodrigues
- 23 Nuno Miguel Araújo Pinheiro
- 24 Tiago Jorge Silva Violas
- 25 Valdir Sousa Sequeira

SENIORES FEMININOS

- 1 Aline Timm Rodrigues
- 2 Ana Sofia Novo do Couto
- 3 Beatriz Lourenço Santos
- 4 Carina Isabel Santos Moura
- 5 Carla Marina Jesus Alves Sousa
- 6 Daniela da Silva Loureiro
- 7 Eduarda Maria Oliveira Duarte
- 8 Fabiola Catarina Fernandes Gomes
- 9 Gabriela Filipa Ramos Coelho
- 10 Helena Sofia Ribeiro Monteiro
- 11 Joana Filipa Vale Neto
- 12 Joana Gaboleiro Neves Polido
- 13 Joana Raquel Martins Resende
- 14 Julia Kavalenka
- 15 Juliana Isabel Correia Antunes Rosas
- 16 Keylla Fabrino Ramos
- 17 Maria Bettencourt da Câmara Maio
- 18 Mariana Rocha Maia
- 19 Marta Santos Hurst
- 20 Neusa Muhala Cruz Neto
- 21 Núria Felismina Lopes da Silva
- 22 Tânia Vanessa Ferreira Oliveira
- 23 Vanessa Iolanda Nogueira Cancelinha S. Rodrigues
- 24 Vanessa Sofia Costa Paquete
- 25 Viviane Oliveira Isidoro

SUB-20 MASCULINOS

1. André Ferreira Rosa
2. André Luís Lázaro Ferreira
3. Artur Daniel Ribeiro de Moura
4. Bernardo Manuel Espírito Santos Silva Matos
5. Bruno Santos Cunha
6. Diogo André Peixoto Costa Pereira
7. Francisco Grandissimo Teixeira Brito
8. Frederico Duarte de Sousa Santos
9. James Lucas Coll
10. João Pinho Conde Rodrigues
11. João Rafael da Silva Santos Alves
12. José Pedro Martins Pinto
13. Lourenço Garcia Martins
14. Miguel Alexandre de Sousa Barreto Agapito
15. Miguel Santos Cunha
16. Pedro Eduardo Carvalho Monteiro
17. Pedro Simões da Silva Prisco

SUB-19 FEMININOS

1. Ana Catarina Sá Couto Vieira
2. Ana Sofia Buande dos Santos Matos
3. Ana Sofia Mendes da Silva Ferreira de Gouveia
4. Andreia Francisca Vieira da Cruz
5. Anna Laura Fernandes Kobrock
6. Bárbara Teixeira Pauseiro
7. Catarina Maria Fernandes de Oliveira
8. Catarina Martins Ribeiro
9. Cláudia Isabel Pires Ferreira da Silva
10. Filipa Vanessa Moreira Sousa Ribeiro
11. Helena Sofia Ribeiro Monteiro
12. Inês Alexandra Monsanto Barros Pereira
13. Inês Oliveira de Sousa
14. Julia Kavalenka
15. Maria Carolina Gil Nogueira Ferreira
16. Mariana José Peixoto Gonçalves
17. Rita Lobo Vaz Guedes
18. Rute Alexandra Silva Correia Nunes
19. Vitória Matzenbacher Ribeiro

SUB-18 MASCULINOS

1. Afonso Manuel Antunes Marques Reis
2. Alvaro Ribeiro Ferreira
3. André Pimenta Marques
4. David Parente Araújo
5. Diogo Machado Alves
6. Diogo Martins Oliveira
7. Eduardo Maria Guimarães Santos Rotheres Barbosa
8. Francisco de Castro e Silva
9. Gonçalo de Magalhães e Sousa
10. Guilherme Alves de Sousa Tavares Moreira
11. Henrique Neves Vitó Madureira
12. João Santos Pereira
13. José Pedro Ferreira Belo
14. Maksym Volodymyrovych Mykolyshyn
15. Manuel Fundo Meirinho
16. Marco João Fernandes Sampaio
17. Miguel Baiôa Sinfrônio

18. Miguel Santos Magriço Moura
19. Paulo Miguel Ferreira Duarte Carvalho
20. Rui Miguel Lobo Rosende Bessa Fernandes
21. Santiago Costa e Silva Mesquita Duarte

SUB-17 FEMININOS

1. Ana Maria Costa do Nascimento
2. Beatriz Costa Basto
3. Beatriz do Carmo Rodrigues
4. Beatriz Moreira Oliveira
5. Bruna Ribeiro Nunes dos Santos Rocha
6. Daniela Ferreira Abreu
7. Daniela Macedo Fangueiro
8. Ema Regina Tavares Duarte
9. Erica Filipa de Oliveira Amado Almeida Marques
10. Francisca Pereira Neves
11. Inês Oliveira de Sousa
12. Isabel Gonçalves de Castro
13. Joana Craveiro Porto Igreja
14. Mafalda Maria Fortes Porto
15. Mafalda Novo Rodolfo de Varela Gomes
16. Maria Francisco Freitas Moura
17. Maria Gluhu
18. Mariana Irineó Godinho
19. Marta Fiúza Cristo
20. Matilde Oliveira Teixeira

SUB-16 MASCULINOS

EM FASE DE OBSERVAÇÃO/CAPTAÇÃO

SUB-15 FEMININOS

EM FASE DE OBSERVAÇÃO/CAPTAÇÃO

VOLEIBOL DE PRAIA SENIORES MASCULINOS

1. Diogo César Teles Neto Maia Ferreira
2. Fabrício Cândido Araújo da Silva
3. Januário Alvar Ramos Figueiredo e Silva
4. João Néilson Carvalho Lemos
5. João Pedro Tavares Simões
6. José Tomás Couto Ribeiro da Silva
7. Ricardo Alvar Ramos Figueiredo Silva
8. Roberto Mauro Silva Reis
9. Rui Machado Monteiro Moreira
10. Sebastião Leão Ramos Correia Alves

VOLEIBOL DE PRAIA SENIORES FEMININOS

1. Ana Sofia Freches Fonseca
2. Carla Marina Jesus Alves Sousa
3. Fabíola Catarina Fernandes Gomes
4. Gabriela Filipa Ramos Coelho
5. Joana Raquel Martins Resende
6. Juliana Isabel Correia Antunes
7. Marta Santos Hurst

8. Raquel Maria Lacerda C.G. Sousa
9. Tânia Vanessa Ferreira Oliveira
10. Vanessa Sofia Costa Paquete

VOLEIBOL DE PRAIA MASCULINOS SUB-22

1. Diogo César Teles Neto Maia Ferreira
2. José Tomás Couto Ribeiro da Silva
3. Bernardo Morais Leão Leite
4. Bernardo Pontes Cabral e Silva

VOLEIBOL DE PRAIA FEMININOS SUB-22

1. Vanessa Sofia Costa Paquete
2. Gabriela Filipa Ramos Coelho
3. Mariana Rocha Maia
4. Francisca Ferreira da Costa e Silva

VOLEIBOL DE PRAIA MASCULINOS SUB-21

1. José Pedro Fonseca Pereira Jardim
2. Francisco Maria Nogueira Neves Pereira Pombeiro
3. José Filipe Neto Pinto
4. Gonçalo Filipe Dias dos Santos
5. Pedro de Amorim Louro Pereira Jardim
6. Dinis Leão Ramos Correia Alves

VOLEIBOL DE PRAIA FEMININOS SUB-21

1. Gabriela Filipa Ramos Coelho
2. Mariana Rocha Maia
3. Sara Alves Lourenço
4. Barbara Maria Lemos Gomes de Freitas

VOLEIBOL DE PRAIA MASCULINOS SUB-20

1. Bruno Filipe Santiago Matos
2. Diogo Trindade Pereira
3. Frederico Duarte de Sousa Santos

VOLEIBOL DE PRAIA FEMININOS SUB-20

1. Catarina da Costa Silveira Araújo dos Anjos
2. Cristiana Sousa Lopes
3. Gabriela Filipa Ramos Coelho
4. Maria Júlia de Carvalho Rocha Gaspar
5. Matilde Sousa Letras Sales Saraiva

VOLEIBOL DE PRAIA MASCULINOS SUB-19

1. Simão Marques da Silva Pedrosa Moreira
2. João António Ventura Ferreira Almeida
3. João de Amorim Louro Pereira Jardim
4. João Manuel Silva Alves
5. Lídio João Fontes de Miranda Guedes

VOLEIBOL DE PRAIA FEMININOS SUB-19

1. Beatriz Santos Lacerda
2. Cristiana Sofia Gonçalves Correia
3. Margarida Dias Vasques

VOLEIBOL DE PRAIA MASCULINOS SUB-18

1. Afonso Manuel Antunes Marques Reis
2. Diogo Martins Oliveira
3. José Pedro Ferreira Belo
4. Francisco de Castro e Silva

VOLEIBOL DE PRAIA FEMININOS SUB-18

1. Beatriz Silva Pinheiro
2. Inês Pinto de Castro
3. Carolina Brás Maia
4. Beatriz Santos Lacerda
5. Mariana Basto Nora
6. Ana Rita Ribeiro Batista

VOLEIBOL DE PRAIA MASCULINOS SUB-17

1. João Nuno Pinto Pedrosa
2. Diogo Miguel Figueira Gonçalves
3. Gustavo da Costa Maciel Pinto Cunha
4. André Santos Teixeira
5. Gonçalo Santos Teixeira de Sousa
6. Miguel Maia Alves de Sá
7. Leandro Luis Pereira Ferreira
8. Murat Miguel Silva Mutlu
9. Tomás Barbosa Moreira
10. Alexandre Nogueira Gomes
11. Francisco Duarte de Sousa Santos
12. Pedro da Silva Cadete
13. João Pedro Almeida Carriço

VOLEIBOL DE PRAIA FEMININOS SUB-17

1. Beatriz Silva Pinheiro
2. Matilde Miguel Calado Rodrigues
3. Emma Regina Tavares Duarte
4. Maria João Dourado Mendes
5. Mafalda Maria Fortes Porto
6. Beatriz Moreira Oliveira
7. Ana Catarina Dias Fernandes Pinto Lopes
8. Mariana Fortunato Castelo

III – CRITÉRIOS TÉCNICOS DA MODALIDADE

Introdução

Ser atleta em regime de alta competição, não é pontualmente integrar uma selecção nacional participando numa prova internacional. Consideramos antes 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, o atleta será excluído do processo.

É óbvio que nos estamos a referir essencialmente aos atletas e equipas 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 as equipas 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.

Actualmente 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 2 primeiros, além dos 2 Torneios de Qualificação Final a nível mundial (World Olympic Qualification e Intercontinental Olympic Qualification), nas quais se apuram as restantes equipas. 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 – 4 poules (2 de 4 equipas e 2 de 5 equipas) nas quais se apuram 2 e 3 equipa respetivamente; 3ª fase (Portugal entra nesta fase) – 5 poules de 4 equipas, apura-se a primeira, de cada poule mais o segundo melhor de todas as poules.

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 2015) são os seguintes os Países Europeus (6 em 10), classificados nos primeiros lugares: Polónia (2º), Rússia (3º), Itália (4º), Bulgária (7º), Alemanha (9º) França (10º) Sérvia (11º).

Assim, e em relação ao Campeonato Europeu de 2017, 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 2015, a classificação é a seguinte: França (1º), Eslovénia (2º), Itália (3º), Bulgária (4º), Polónia (5º), Rússia (6º), Sérvia (7º), Alemanha (8º), Holanda (9º), Bélgica (10º), Estónia (11.º), Finlândia (12.º), R. Checa (13.º) Croácia, Eslováquia, Bielorrússia, **Portugal**, Turquia, fecham o ranking.

Segundo o ranking da FIVB., em Outubro de 2015, repare-se que a Rússia é 6.^a no ranking Europeu, e é 3.^a Mundial, a Polónia 2.^a Mundial (após sagrar-se Campeã do Mundo em 2014) e 5.^a Europeia, Itália é 3.^a Europeia e 4.^a Mundial, a Alemanha é 9.^a Mundial e 8.^a Europeia. O ranking Europeu é, por vezes, mais difícil e, competitivo que o Mundial.

No Campeonato do Mundo de 2014, realizado em Setembro na Polónia, nas 10 primeiras classificadas, encontramos 6 Selecções Europeias: 1.^a Polónia, 3.^a Alemanha; 4.^a França; 5.^a Rússia; 9.^a Finlândia; e 10.^a Sérvia.

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. Um exemplo final: em 2015 na 3.^a fase de qualificação para a fase final do Europeu, Portugal jogou o play-off com a Eslovénia, fora e em casa, perdendo e ganhando. A Eslovénia, uma das últimas selecções a qualificar-se, foi, na fase final, finalista e vice-campeã europeia.

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

CRITÉRIOS DE SELECÇÃO

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.

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 longilíneo, 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 carácter variável, mas contínuas.

É considerado um desporto misto (aeróbico/anaeróbico), embora predominantemente anaeróbico 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 espírito 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 espírito 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.

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 e antropométricas 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 endurance 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.

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 VOLÍTIAS

- 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

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.

No entanto, 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. Mas os imponderáveis continuam e a margem de previsão do talento não é 100% segura.

IV – OBJECTIVOS DESPORTIVOS A ALCANÇAR

NOTA INTRODUTÓRIA

Sabemos, e ouvimo-lo todos os dias, que as projecções da economia portuguesa para 2016 contemplam a continuação do processo de ajustamento dos desequilíbrios macroeconómicos acumulados ao longo dos últimos anos na economia portuguesa. Este processo, o qual é enquadrado pelo Programa de Assistência Económica e Financeira (PAEF) ou “troika” (como o conhecemos) e que, dizem-nos, se afigura fundamental para evitar um ajustamento económico abrupto e desordenado, bem como para criar as bases para um aumento da produtividade e do crescimento do produto potencial no médio prazo. Este programa prevê a prossecução de reformas estruturais que promovam o crescimento e a competitividade, num contexto de manutenção da estabilidade do sistema financeiro.

Estamos atentos e conhecemos a complexidade da nossa situação, mas é propósito da F.P.V. para o ano de 2016 manter a qualidade do trabalho desenvolvido, que se tem centrado na expansão da modalidade e sua visibilidade mediática. Esta vontade só será possível de concretizar através de uma adaptação constante, procurando fazer melhor, com base numa gestão eficaz e de contenção de custos, e assumindo a aplicação de estratégias competentes de resposta às exigências de desenvolvimento qualitativo e quantitativo, características do nível actual da nossa modalidade.

A participação em 2015 na Liga Mundial (4º no Grupo e 18.º Geral) deixou Portugal com a obrigação de voltar a apresentar a boa imagem que foi deixada em 2014 e melhorar aquilo que tem sido enquanto equipa competitiva que demonstra ser ao acabar a época como a 15ª melhor equipa do continente mais competitivo do mundo.

No próximo ano, prossequindo o percurso delineado em 2013, visando mais um ciclo de renovação, iremos trabalhar na busca da excelência, construindo uma equipa mais competitiva e sólida.

Ainda em 2016, a Seleção Sénior Masculina irá enfrentar importantes desafios, a Qualificação para a Fase Final do Campeonato da Europa em 2017, em Setembro.

A saída de atletas para outros campeonatos mais competitivos é mais uma extensão do projecto pretendido pela Federação, e a obtenção de bons resultados futuros será mais um passo no desenvolvimento alcançado por Portugal, demonstrando ainda que o gosto por novos desafios e uma ambição cada vez maior nos torna capazes de atingir grandes resultados, quer a nível europeu quer mundial.

Estamos conscientes do nosso papel e caminho, quer em termos do contexto específico que atravessamos, quer pela emergência de novos estilos de vida, de novos valores sociais e da própria tecnologia, com todas as suas vantagens competitivas.

Como federação desportiva com experiência, pensamos ser de considerar todo este contexto e o seu impacto quanto elaboramos as nossas linhas de acção. Olhando para o futuro, defendemos as seguintes premissas:

- Trabalho de longo prazo em constante adaptação, potenciando o trabalho com os mais aptos;
- Participação das selecções nacionais nas competições internacionais;

Hoje, podemos referir que o crescimento quantitativo assegurado através de um percurso evolutivo sólido tem-se traduzido num crescimento qualitativo, permitindo-nos garantir que o processo anunciado há vários anos e considerado utópico tem hoje em dia repercussões que indiciam um caminho frutuoso mas cada vez mais exigente.

Esta responsabilidade permite-nos também abraçar e operacionalizar projectos inovadores e ambiciosos como a interacção total entre as diferentes seleções, bem como apostar na manutenção em actividade permanente das nossas seleções jovens e de seniores masculinos, constituída por um misto de jogadores com idades de juniores e elevado potencial e de atletas seniores.

Perante este processo, contamos assegurar um plano de monitorização e renovação das várias seleções.

SELECÇÃO NACIONAL DE SENIORES MASCULINOS

A presença da Seleção Nacional de Seniores Masculinos nas principais competições internacionais tem sido uma constante. A participação em várias edições da Liga Mundial, bem como a participação no apuramento para o Campeonato da Europa de 2017 (Setembro) continuará a dar visibilidade ao nosso trabalho.

Embora seja esta a parte mais visível do processo, o nosso caminho tem sido trilhado no encaço e formação de novos valores que permitam sustentar o Voleibol nacional e potenciar o rendimento das seleções nacionais jovens.

2015 foi para nós um ano muito difícil, devido a lesão de importantes jogadores bem como a renovação da equipa. A inclusão de jovens com pouca experiência a este nível competitivo, efectuada devido a questões particulares de vários atletas, influenciaram os objetivos traçados no início dos trabalhos.

A presença na Liga Mundial 2015 com uma selecção totalmente renovada converteu-se num momento de evolução para o futuro. Num grupo composto pelas congéneres Holanda, Finlândia e Bélgica, a Seleção Nacional teve sérias dificuldades em consolidar o seu jogo em tão pouco tempo de trabalho.

Mais do que os resultados, o rendimento desportivo evidencia bons indicadores para o futuro. Com um grupo mais jovem, que já disputou a Liga Mundial de 2014 e 2015, mais a inclusão de atletas da última selecção de juniores de 2015, iremos demonstrar em 2016 que temos uma renovada e desafiadora selecção, capaz de integrar com regularidade o grupo de seleções europeias de elite.

Assim, 2016 apresenta-se como um ano de primordial importância.

Para a consolidação de rendimento deste grupo jovem, bem como para a integração de novos valores, será fundamental realizar jogos de aferição com seleções de alto nível. Para isso, nada melhor que a participação na Liga Mundial e o Apuramento para o Europeu de 2017.

É nesta dinâmica que iremos traçar o nosso plano e percurso em 2016.

1 – Análise do grupo

As alterações sofridas nos últimos anos e a experiência adquirida em competições tão importantes como a Liga Mundial e o trabalho realizado nas seleções de formação garantem-nos a constituição de um grupo sólido com potencial e asseguram um desempenho que possibilitará a obtenção de objetivos maiores no futuro próximo. Salvaguardando, naturalmente, a integração de qualquer atleta que seja observado no decorrer dos diferentes campeonatos e que reúna condições para integrar a Seleção Nacional, o grupo abrangerá 18 atletas.

2 – Calendarização e planeamento do trabalho

Não só pelo motivo fundamental que é uma profunda renovação mas igualmente pelo facto de no nosso calendário competitivo internacional estar incluída a participação na Liga Mundial e Apuramento para o Campeonato da Europa de 2017, e por forma a atingirmos os nossos objetivos, é fundamental elaborar um plano extenso que permita a realização de um estágio permanente. Assim, propomos a realização do seguinte plano de preparação, que teve início a 5 de Outubro e se prolongará até meio de Julho. Com 11 semanas de regime de internato mais o trabalho semanal com grupo mais jovem a começar dia 5 Outubro, este plano terá um volume de aproximadamente 510 horas, distribuídas da seguinte forma:

	Carga Horária (h)	Percentagem
Preparação Física	159	32%
Preparação Técnica	129	24 %
Preparação Tática	142	26 %
Preparação Teórica	70	17 %
Testes de controlo	7	1 %
Testes médicos	3	0.5 %

Com uma época preenchida em termos de competições oficiais, o desempenho futuro dependerá de todo o processo de complementarização competitiva efectuado.

Conscientes disso, elaborámos o seguinte calendário:

- Maio/Junho - Estágio concentrado com torneios de preparação, com selecções a convidar
- 17 a 19 de Junho - Fase de Grupos da Liga Mundial - Turquia
- 24 a 26 de Junho - Fase de Grupos da Liga Mundial - Canadá
- 1 a 3 de Julho - Fase de Grupos da Liga Mundial - Portugal
- 9 e 10 de Julho - Final Four da Liga Mundial - Local a Designar
- 13 a 17 de Julho - Final Six da Liga Mundial - Local a Designar
- Agosto - Estágio concentrado com torneios de preparação, com selecções a convidar
- 16 a 18 de Setembro - 1º Torneio da 2ª Ronda de Apuramento para o Campeonato da Europa de 2017 - Dinamarca
- 23 a 25 de Setembro - 2º Torneio da 2ª Ronda de Apuramento para o Campeonato da Europa de 2017 - Finlândia

3 - Objectivos de trabalho

Como tem sido apanágio desta Federação, os processos têm um carácter preponderante de continuidade com objectivos a médio e longo prazo. Assim, a presente época terá como objectivo consolidar o trabalho com um grupo de atletas que nos possibilite olhar o futuro com confiança e audácia.

A participação na Liga Mundial e o Apuramento para o Europeu marcará o início do fim de um processo de renovação, evolução e preparação para a participação em provas futuras, a realizar no ano de 2016/2017, mas sem descurarmos a pretensão de classificação para a Fase Final e, se possível, a obtenção de um lugar entre os finalistas.

Relativamente aos aspectos técnicos e ao rendimento desportivo, devemos trabalhar em busca dos parâmetros que caracterizam o alto nível. Assim, temos como objectivo:

- Melhorar a percentagem de eficácia de serviço em relação ao ano anterior em valores de 1 ponto para 2 erros;
- Melhorar o bloco em 50% de blocos positivos e 3 blocos por set;
- Melhorar o ataque para valores próximos dos 50% de eficácia;
- No side-out, melhorar para valores entre 65% e 70% de eficácia;
- No KII, melhorar os valores para cerca de 50% de eficácia;
- Na defesa, melhorar em cerca de 5% e 10% de eficácia;

SENIORES FEMININOS

O Voleibol Feminino em Portugal tem tido uma evolução exponencial no seu crescimento, tanto em qualidade como em número de atletas a praticar a modalidade. O trabalho contínuo em internato nas nossas selecções jovens é o pilar de um crescimento com qualidade e sustentabilidade que nos permite olhar para o futuro com optimismo e encará-lo com a perspectiva de conseguirmos um apuramento para uma fase final do Europeu de 2017. Nos últimos anos realidades académicas, familiares e profissionais têm sido o pilar do débil enquadramento desportivo no sector feminino. No entanto, e na sequência do bom resultado conseguido na Poule de Apuramento para o Campeonato

Europeu, em 2014, onde vencemos selecções como a Grécia e o Azerbaijão, com muito boas exibições contra a Bulgária, criando desta forma uma onda de optimismo que poderá ser a plataforma de lançamento para o estrelato do Voleibol europeu. Este resultado alcançado já nos permitiu subir no Ranking Europeu, estando desta forma apurados directamente para a 2ª Ronda do Eurovolley 2017.

Apesar de um passado recente nos indicar que é difícil realizar um trabalho contínuo e concentrado neste grupo, não iremos baixar os braços e, mais uma vez, iremos tentar proporcionar condições que permitam um trabalho sério com vista à preparação desta selecção para o apuramento que se irá realizar em Setembro, ultrapassando desta forma obstáculos visando uma mudança de mentalidade.

De uma coisa temos a certeza: o trabalho contínuo é a base para um bom trabalho de formação. Esse é real e tem dado os seus frutos. A grande parte das equipas que disputam o título da I Divisão feminina integra atletas que passaram pelos estágios permanentes das selecções jovens.

Hoje em dia não devemos pôr em causa o investimento feito, mas sim o enquadramento deste e o seu retorno. Se o sucesso interno é visível e inquestionável, é para quando o retorno internacional?

Na próxima época, a Selecção Nacional de Seniores Femininos irá participar na 2ª Ronda do Apuramento para o Campeonato da Europa 2017 (16 a 18 e 23 a 25 de Setembro de 2016). A estratégia de preparação passará por um período de preparação em concentração, com treinos bidirários e jogos treinos visando uma boa prestação na Poule de Apuramento. O grupo de atletas a trabalhar será baseado nos critérios de disponibilidade, condições físicas, condições técnicas e compromisso.

Perante estes pressupostos, definimos os seguintes objetivos do trabalho:

- Desenvolver e potenciar um grupo jovem no Voleibol feminino;
- Desenvolver o trabalho técnico e tático adequado ao nível internacional;
- Potenciar o nível da nossa equipa com estágios com outras selecções;
- Desenvolver uma “onda positiva” do grupo em torno de PORTUGAL;
- Desenvolver um trabalho sustentado que potencie uma busca de resultados a nível internacional.

Com o objectivo de uma boa prestação na 2ª Ronda do Apuramento para o Campeonato da Europa de 2017, elaborámos o seguinte calendário:

Agosto/Setembro – Estágio concentrado com torneios de preparação, com selecções a convidar
 16 a 18 de Setembro – 1º Torneio da 2ª Ronda de Apuramento para o Campeonato da Europa de 2017 – A realizar em Portugal
 23 a 25 de Setembro – 2º Torneio da 2ª Ronda de Apuramento para o Campeonato da Europa de 2017 - Croácia

ESCALÕES DE FORMAÇÃO

A formação de atletas de elite é hoje em dia um campo cada vez mais estudado, sobretudo na área do TID (Talent Identification and Development), embora as conclusões não conduzam a certezas concretas. A principal questão é que o talento é apenas um ponto de partida de todo um processo e não um fim. Neste sentido, o uso da prática deliberada como meio de desenvolvimento destes talentos tem tido também bastante ênfase. Esta refere-se a actividades que exigem esforço cognitivo ou físico, não levam a recompensas pessoais, sociais ou financeiros imediatos, e é feito com a finalidade de melhorar o desempenho e rendimento. Neste campo, Carol Dweck, psicólogo na Univ. de Stanford, deu um contributo importante através do seu “Mindset”, no qual aponta a capacidade de saber esperar pela recompensa do seu trabalho como um factor potencial do sucesso. Sabemos que o treino a longo prazo é fundamental para produzir atletas de elite e temos acompanhado esta evolução, com esforço e empenho, rivalizando com países que possuem sistemas de alta competição bem estruturados e melhor financiados, além duma planificação assente, não apenas no presente, mas já na previsão do futuro. É neste contexto que defendemos os seguintes princípios:

- A obtenção de resultados no alto rendimento, diz-nos a investigação científica, aponta para a necessidade de oito a doze anos de treino para atletas com talento atingirem o alto nível (Bloom 1985; Ericsson 1993; Ericsson e Charness 1994; Dweck C. 2007). Normalmente, fala-se da regra dos dez anos ou 10.000 horas. Para os atletas, treinadores e pais, isto traduz-se em mais de três horas de treino por dia, durante dez anos (Salmela 1998);
- Criar atletas de elite implica um treino a longo prazo, sendo um conceito que é necessário ser transmitido e compreendido por pais, treinadores e dirigentes desportivos;
- Uma boa preparação desportiva só se consegue a longo prazo, com treino adequado, sendo o sucesso desportivo um alvo a atingir, mais do que as vitórias a curto prazo.
- A precipitação na competição e nos seus resultados resultará sempre em desvantagens na preparação física, técnica, tática e nas capacidades emotivas, mentais e cognitivas do(a) atleta. Não existem atalhos de preparação desportiva neste percurso.

Estes são os pressupostos que definem o desenvolvimento da preparação desportiva nos escalões de formação.

Com ajustes anuais devido ao enquadramento financeiro e social, o qual tem vindo a diminuir significativamente, temos caracterizado os nossos trabalhos através de uma continuidade e concentração permanente, quer durante o ano quer em períodos de férias escolares.

A conciliação de um processo a longo prazo com um grande volume de trabalho é condição essencial para produzir atletas de alto rendimento. Para tal, as condições têm de ser cuidadas e adaptadas. O local, as condições logísticas e o enquadramento sócio-afectivo-educativo adequado são fundamentais para um para um projecto que se pretende progressivo, integrado e sólido.

O processo de captação e selecção congrega também todo este enquadramento. A preparação técnica e tática nos centros de treino, a observação constante dos campeonatos dos escalões jovens e as avaliações e treinos de observação têm contribuído para aferirmos e minimizarmos as perdas ao longo do processo.

Os frutos do investimento começam a surgir, mas temos a noção do muito que nos falta fazer. Se internamente o sucesso tem sido relevante, com a integração destes jovens em equipas dos escalões superiores dos principais campeonatos, em termos externos a relevância tem-se espelhado na aproximação aos índices físicos e antropométricos das selecções que antes nos pareciam inatingíveis. Os resultados desportivos têm aparecido, embora sem a consistência desejada, mas fruto de um processo contínuo e ambicioso. A diferença entre o ganhar e o perder ainda é significativa, mas a disponibilidade motora e competitiva dos atletas tem sido relevante, proporcionando indicadores positivos para o caminho a seguir.

MASCULINOS

As dificuldades evidenciadas pela sociedade em geral são semelhantes às vividas pelo desporto. Como tal e após um período de dois anos de interrupção dos trabalhos em internato, foram reunidas as condições logísticas para uma nova aposta, num grupo com condições antropométricas favoráveis à obtenção de bons resultados que irão permitir realizar um trabalho de excelência na busca da qualidade competitiva. No ano de 2016, iremos trabalhar com três gerações distintas: os Sub-20, os Sub-18 e os Sub-16.

O grupo de atletas Sub-20 é composto por atletas que, na sua maioria, já integram os plantéis das equipas seniores da I Divisão, sendo na sua maioria do seis-base. Este aspecto demonstra a qualidade do trabalho desenvolvido nos últimos 2 anos com este grupo. Este grupo disputará este ano a 2ª Ronda de apuramento para o Campeonato da Europa de Sub-20 cuja fase final se realiza na Bulgária em Setembro de 2016. O trabalho com este grupo irá resumir-se a estágios concentrados nas semanas que antecedem as competições.

O conjunto de atletas Sub-18 caracteriza-se por dois tipos de atletas. Um grupo, composto por atletas naturais de zonas distantes e que se encontram em regime de internato para poderem usufruir de condições de treino com volume e qualidade que lhes permitam evoluir favoravelmente e um outro

grupo não residente, composto por jovens que residem em casa e que integram a Selecção Nacional nos treinos de segunda a quinta-feira ao final do dia, juntamente com os colegas do internato. Esta alteração, em relação ao ano transacto, possibilita a integração de um maior número de atletas nos trabalhos regulares, e diminui também a *décalage*, existente na última geração, entre os dois grupos de atletas em termos de volume de horas devido ao facto de os atletas de zonas mais afastadas estarem também presentes.

O grupo de atletas Sub-16 surge com a criação, pela CEV, de um Campeonato da Europa de Sub-17 a realizar em 2017. Este grupo está a ser preparado pelas associações regionais de Lisboa e do Porto nos seus Centros de Treino Regionais sob coordenação da FPV. Este grupo terá, já em 2016, um torneio de pré-qualificação para o Campeonato Europeu. Assim, serão realizados dois estágios concentrados, com atletas dos dois centros, nas férias escolares da Páscoa e de Verão, aumentando desta forma o volume de treino e fazendo uma selecção dos dois grupos de atletas.

Como consequência, em 2016 iremos ter uma série de estágios e competições que ultrapassam os habitualmente realizados. Será um ano difícil, em que os resultados podem aparecer. Manter um estágio em regime de internato, constituído por atletas de ambas as selecções, contribui desta forma para um crescimento sustentado balizado por um grande volume.

Conscientes disso, elaborámos o seguinte calendário:

- 4 Janeiro a 20 Março – Reinício dos Trabalhos Internato - Selecção Sub-18
- 21 Março a 2 Abril – Estágio de preparação - Selecção Sub-16
- 21 Março a 2 Abril – Estágio de preparação - Selecção Sub-18
- 21 Março a 30 Março – Estágio de preparação - Selecção Sub-20
- 1 Abril a 3 Abril – Poule Apuramento Campeonato da Europa – 2ª Ronda – Sub-20
- 4 Abril a 3 de Junho - Reinício dos Trabalhos Internato – Selecção Sub-18
- Junho/Julho - Estágio de preparação - Selecção Sub-18
- Julho/Agosto - Torneio WEVZA – Selecção Sub-18
- Julho/Agosto - Estágio de preparação - Selecção Sub-16
- Agosto/Setembro - Torneio WEVZA – Pré-qualificação Europeu - Selecção Sub-16
- 27 Junho a 6 Julho - Estágio de preparação - Selecção Sub-20
- 8 Julho a 10 Julho – Poule Apuramento Campeonato da Europa – 3ª Ronda – Selecção Sub-20
- 15 Agosto a 31 Agosto - Estágio de preparação - Selecção Sub-20
- 2 Setembro a 10 Setembro - Final Campeonato da Europa – Selecção Sub-20
- 19 Setembro a 16 de Dezembro - Reinício dos Trabalhos Internato – Selecção Sub-18
- 19 a 23 Dezembro - Estágio de preparação - Selecção Sub-18
- 26 a 30 Dezembro – Torneio Navidad – Espanha - Selecção Sub-18

FEMININOS

No seguimento do trabalho desenvolvido nas épocas desportivas anteriores, as selecções femininas de formação estão sujeitas a um trabalho exaustivo e enquadrado, formando uma série de atletas que neste momento são os pilares das principais equipas dos escalões superiores, sendo que algumas das actuais atletas já são dispensadas durante dois dias para treinarem com equipas seniores da I Divisão. Os princípios e metodologias estão na base dos progressos alcançados, pois criaram-se atletas muito capazes que fortalecem constantemente o Voleibol português.

Neste ano, à imagem do acontece no masculino, iremos trabalhar com 3 grupos de idades diferentes sendo elas as Sub-19 as Sub-17 e as Sub-15.

O grupo de atletas Sub-19 caracteriza-se por dois grupos de atletas. Um grupo composto por atletas naturais de zonas distantes e que se encontram em regime de internato para poderem usufruir de condições de treino com volume e qualidade que lhes permitam evoluir favoravelmente e um outro grupo não residente, composto por jovens que residem em casa e que integram a Selecção Nacional nos treinos de segunda a quinta-feira ao final do dia, juntamente com as colegas do internato. Esta forma de trabalhar mantém-se constante nos últimos anos e com resultados excepcionais.

O grupo de atletas Sub-17 é composto por atletas que trabalham diariamente no clube. Este grupo apenas terá um momento competitivo esta época, facto este que acabou por influenciar a manutenção das Sub-19 em internato, entrando as mais novas apenas na próxima época no mesmo regime.

O grupo de atletas Sub-15 surge com a criação, pela CEV, de um Campeonato da Europa de Sub-16, a realizar em 2017. Este grupo está a ser preparado pelas associações regionais de Lisboa e do Porto nos seus Centros de Treino Regionais sob coordenação da FPV. Este grupo terá, já em 2016, um torneio de pré-qualificação para o Campeonato Europeu. Assim, serão realizados dois estágios concentrados, com atletas dos dois centros, nas férias escolares da Páscoa e de Verão, aumentando desta forma o volume de treino e fazendo uma selecção dos dois grupos de atletas.

Os primeiros passos no sector feminino foram dados há mais de uma década e o processo encontra-se solidificado. O conjunto de atletas residentes, juntamente com o grupo de atletas em semi-concentração, irá garantir a participação nalgumas competições para a presente época e a partir de Setembro iremos concentrar as mais novas, perspectivando competições futuras.

Conscientes disso, elaboramos o seguinte calendário:

- 4 Janeiro a 20 Março – Reinício dos Trabalhos Internato - Selecção Sub-19
- 21 Março a 2 Abril – Estágio de preparação - Selecção Sub-15
- 21 Março a 2 Abril – Estágio de preparação - Selecção Sub-17
- 21 Março a 30 Março – Estágio de preparação - Selecção Sub-19
- 1 Abril a 3 Abril – Poule Apuramento Campeonato da Europa – 2ª Ronda – Sub-19
- 4 Abril a 3 de Junho - Reinício dos Trabalhos Internato – Selecção Sub-19
- Junho/Julho - Estágio de preparação - Selecção Sub-17
- Julho/Agosto - Torneio WEVZA – Selecção Sub-17
- Julho/Agosto - Estágio de preparação - Selecção Sub-15
- Agosto/Setembro - Torneio WEVZA – Pré-qualificação Europeu - Selecção Sub-15
- 19 Setembro a 16 de Dezembro - Reinício dos Trabalhos Internato – Selecção Sub-15 /17
- 19 a 23 Dezembro - Estágio de preparação - Selecção Sub-17
- 26 a 30 Dezembro – Torneio Navidad – Espanha - Selecção Sub-17

CENTROS DE TREINO PARA O ALTO RENDIMENTO DE VOLEIBOL DE PRAIA

Na época 2014/2015 tentámos "dar o salto" no Voleibol de Praia, treinando durante todo o ano no Norte do País com atletas que conciliassem o Voleibol de *indoor* e o Voleibol de Praia, assim como no Sul do País, treinando também todo o ano de forma exclusiva nos centros Gira-Praia, criados por nós em parceria com a Associação de Voleibol do Alentejo e Algarve (Aval).

Com o alargamento do número e da abrangência geográfica das etapas do Circuito Nacional Gira-Praia e com a criação do Circuito Regional da AVAL, conseguimos mais uma vez aumentar o número de atletas participantes nessas competições, assim como cumprir os objetivos que temos vindo a traçar ao longo dos anos, tais como, formação de atletas para o Voleibol de Praia, detecção de talentos e "alimentação" do circuito sénior e, ainda, a expansão da modalidade em termos territoriais.

Ao longo dos últimos anos, temos experimentado algumas formas de trabalhar e também analisado alguns projectos de outros países europeus de forma a tentarmos que o nosso seja o mais adequado possível à realidade desportiva e social em que estamos inseridos. Sendo assim, em 2016 os Centros de Treino de Alto Rendimento de Voleibol de Praia continuarão a treinar de Janeiro a Dezembro com um grupo restrito de atletas de ambos os sexos, nos escalões Sub-16, Sub-17, Sub-18, Sub-19 e Sub-20. De Janeiro a Abril e de Outubro a Dezembro, treinaremos três vezes por semana, conciliando os treinos com os horários escolares e actividades extra-curriculares dos atletas em questão, sendo que a partir de Abril até ao final do mês de Agosto treinaremos diariamente para podermos abranger todos os que pretendam jogar Voleibol de Praia mesmo que seja de forma sazonal.

É lógico que, nos períodos de férias escolares continuaremos a aumentar o volume de treinos, sendo que poderão também surgir alguns estágios internacionais.

Em termos de competições internacionais, temos garantida a participação em várias provas, como, tem sido normal nos últimos anos. Iremos participar nas competições da WEVZA, tanto nos Sub-17, como nos Sub-19 e Sub-21, nos CPLP - Campeonato dos Países de Língua Portuguesa, a realizar em Cabo Verde, nos Campeonatos da Europa Sub-18 e Sub-20 e ainda nos Campeonatos do Mundo Sub-17, Sub-19 e Sub-21.

Em suma: a nossa aposta nesta modalidade continua a ser forte, tanto a nível de volume de treinos, como a nível de oportunidades competitivas para os nossos atletas. Este empenho total na obtenção de um caminho sólido e de sucessos para esta modalidade atingirá o seu expoente máximo quando conseguirmos passar para uma prática anual e exclusiva em todo o País, num futuro muito próximo.

V - ESTRATÉGIA DE DESENVOLVIMENTO

SELECÇÕES

Conhecedores do longo processo que representa a formação das seleções nacionais, que envolvem uma série de aspetos logísticos e humanos, mantemos os nossos objetivos bem definidos. Sendo a prospecção de talentos desportivos uma prioridade, temos definidas estratégias de desenvolvimento que nos permitam identificar esses talentos, que estão distribuídos por todo o País.

O conhecimento das tendências e as perspectivas de desenvolvimento económico e social do País são sempre necessários, pela repercussão que estes factores têm sobre o desenvolvimento desportivo, pelo seu financiamento e, por extensão, sobre a nossa modalidade. Como instituição, entendemos que não nos podemos deixar limitar por este contexto ambiental, mas sim pelas nossas capacidades e espírito empreendedor ao nível da criatividade, inovação e trabalho, que são apanágio das sociedades e empresas de sucesso.

Por isso, sabemos que nenhuma política desportiva consequente e racional pode dispensar a prévia e ordenada definição de objetivos. Os objetivos clarificam e direcionam as vontades, fixam o quadro geral das ambições, guiam as ações individuais e colectivas e justificam os meios ou recursos considerados como necessários para os resultados que se pretendem obter.

Batemo-nos diariamente para que o Voleibol chegue em condições adaptadas a todos os pontos do País, fomentando e promovendo o Voleibol através do Gira-Volei. Colocamos em prática todos os objetivos, com as ferramentas de que dispomos, a que nos propusemos no Gira-Volei, desde a criação de novos centros, do aumento de atletas dentro dos centros, da criação de equipas de infantis, iniciados e cadetes, aumentando desta forma os momentos competitivos. Bom exemplo da importância do Gira-Volei são os atletas que tem dado às seleções nacionais em todas as gerações, salientando o facto de pelo menos dois a três atletas serem oriundos de locais onde apenas o Gira-Volei consegue promover o Voleibol.

Queremos continuar o desenvolvimento e aumento do número de atletas em actividade, em todos os níveis da prática desportiva do Voleibol Nacional, do lazer e recreação, ao alto rendimento; manter e sustentar a implantação da modalidade em zonas de menor desenvolvimento do Voleibol Federado, privilegiando os centros urbanos, sem deixarmos de considerar os problemas fundamentais da interioridade e da insularidade, com o apoio das entidades locais – Autarquias, Regiões, das instituições nacionais – SEJD / IDP e da sociedade civil;

Prosseguir a criação e desenvolvimento do Projecto Gira+, no enquadramento do ponto anterior, e de criação de novas oportunidades de prática desportiva dos jovens; manter e ampliar a implementação do sucesso do projecto Gira-Volei, quer a nível quantitativo quer qualitativo;

Desenvolver o **Gira+**, de forma a dar continuidade ao trabalho desenvolvido na variante e possibilitar o desenvolvimento técnico dos jovens praticantes; Perspectivar e continuar a criar situações que facilitem e ajudem a ampliar a capacidade das organizações de acolhimento de novos praticantes a nível dos clubes, associações, colectividades, grupos de equipas de Voleibol do Desporto Escolar e outras instituições, através destes projectos de desenvolvimento, organizando e apoiando a criação de quadros competitivos de actividade aberta.

Desenvolver o **Gira-Praia**, procurando massificar o Voleibol de Praia. À semelhança do que acontece com o Gira-Volei, serão criados vários núcleos pelo País, procurando dinamizar a actividade de forma regular ao longo do ano. Iremos continuar com os Circuitos Regionais de Gira-Praia, bem como o Circuito Nacional. Assim, o Gira-Praia pretende ser mais uma alternativa, podendo os atletas fazer a sua carreira desportiva no âmbito do Voleibol de Praia. Desta forma, pretendemos que este novo projecto seja a base da captação de talentos desportivos para os nossos Centros de Treino de Alto Rendimento de Voleibol de Praia (CTARVP).

Apoiar os **Centros de Treino para o Alto Nível de Voleibol de Praia**, prioritários para a captação de novos talentos que queiram enveredar pela caminho do Voleibol de Praia, sucedendo naturalmente aos mais "velhos", para concretizar uma renovação dos atletas que possam representar o País ao mais alto nível, e garantir assim a continuidade do prestígio almejado internacionalmente pelos mais credenciados.

Os **Centros de Formação**, primeira etapa do processo de formação do praticante de Voleibol, assumem um papel determinante na captação e detecção de talentos a nível regional. Tendo em conta o contexto do Voleibol nacional e a necessidade de se formarem jogadores que alcancem níveis de desempenho elevados, a realização de um trabalho a longo prazo, com bases sólidas e devidamente estruturadas, revela-se fundamental. A exigência do desporto de alto nível levou à criação de uma estrutura conjunta (Clubes, Associações, FPV) onde é realizado um trabalho de complementaridade com o do clube e que antecipará a entrada dos jovens jogadores nas Selecções Nacionais. Com a criação destes novos escalões (Sub-15 em femininos e Sub-16 em masculinos), a nível europeu, estes centros ganham uma importância ainda maior, visto que antecipam uma preparação mais específica dos atletas.

A perspectiva de formar uma linha de orientação técnica nacional e a constituição de um espaço de formação de treinadores, bem como de um local de realização de trabalhos de investigação, fazem parte dos objectivos deste patamar.

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 a nível regional.

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.

A via do sucesso, em todo o processo de desenvolvimento dos nossos talentos desportivos, está associada ao percurso na pirâmide evolutiva. Assim, ao transitarem para as **Selecções Jovens (Sub-17, Sub-18, Sub-19 e Sub-20)**, estes atletas integram de imediato um regime de trabalho semanal de segunda a quinta-feira, onde são alvo de acompanhamento pedagógico, 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.

Procurando definir uma linha de orientação e visão de futuro, nestas selecções jovens encontram-se alguns dos valores que irão reforçar e renovar as Selecções Seniores.

VI – QUADROS DE ACÇÕES A DESENVOLVER

O Voleibol é uma das modalidades com maior actividade no panorama desportivo Português, quer nacional quer internacional. Os esforços e os investimentos a efectuar, tendo em conta a conjuntura, terão de ser rentabilizados ao máximo e de forma a obter resultados. O fundamental é que o Voleibol continue em franco crescimento, capaz de poder servir ano após ano as nossas selecções com resultados visíveis.

Tal realidade necessita de um trabalho árduo, contínuo e consistente e efectuado em todos os patamares de desenvolvimento, bem como de um processo de renovação das selecções seniores, que integram cada vez mais jovens que cumpram o processo de formação nas selecções jovens, assegurando um plano objectivado no médio e longo prazo, sem comprometer a capacidade competitiva imediata.

Para a consolidação deste processo, não poderemos descurar o processo evolutivo que, adaptado devido ao enquadramento actual, não poderá no entanto perder as suas valências de formação de pessoas e atletas.

O estágio permanente e a participação em torneios internacionais são fundamentais para a consolidação e afirmação deste processo. Assim, em 2016, as selecções nacionais têm agendadas as seguintes participações:

• Sub-20 Masculinos	
	• 2ª Ronda de Qualificação para a Final do Campeonato da Europa
	• 3ª Ronda de Qualificação para a Final do Campeonato da Europa
	• Fase Final do Campeonato da Europa

• Sub-19 Femininos	
	• 2ª Ronda de Qualificação para a Final do Campeonato da Europa

• Sub-18 Masculinos	
	• Torneio WEVZA
	• Torneio Navidad

• Sub-17 Femininos	
	• Torneio WEVZA
	• Torneio Navidad

• Sub-16 Masculinos	
	• Torneio WEVZA

• Sub-15 Femininos	
	• Torneio WEVZA

<ul style="list-style-type: none"> • Seniores Femininos
<ul style="list-style-type: none"> • 2ª Ronda Qualificação para a Final do Campeonato da Europa

<ul style="list-style-type: none"> • Seniores Masculinos
<ul style="list-style-type: none"> • Liga Mundial
<ul style="list-style-type: none"> • 2ª Ronda Qualificação para a Final do Campeonato da Europa

SELECÇÃO DE SUB-20 MASCULINOS

<ul style="list-style-type: none"> • Enquadramento Humano: 	
Dirigente:	Joaquim Pacheco
Team Manager	A designar
Treinador Principal:	Prof. Hugo Silva
Treinador Adjunto:	Prof. Carlos Prata
Médico:	Dr. Carlos Magalhães
Fisioterapeuta:	Diogo Barata

<ul style="list-style-type: none"> • PARTICIPAÇÃO NA 2ª RONDA DE QUALIFICAÇÃO PARA O CAMPEONATO DA EUROPA DE SUB-20 MASCULINOS 	
<ul style="list-style-type: none"> • Prova organizada pela Confederação Europeia de Voleibol 	
Local:	Itália
Data:	31 de Março a 3 de Abril 2016
Nº de Países participantes:	Na Prova: 32 equipas
	NA POULE B: POR, ITA, ESP E SUE
Resultado que se prevê alcançar:	2º Lugar

<ul style="list-style-type: none"> • PARTICIPAÇÃO NA 3ª RONDA DE QUALIFICAÇÃO PARA O CAMPEONATO DA EUROPA DE SUB-20 MASCULINOS 	
<ul style="list-style-type: none"> • Prova organizada pela Confederação Europeia de Voleibol 	
Local:	A designar
Data:	7 a 10 de Julho de 2016
Nº de Países participantes:	Na Prova: 8 equipas
	A DESIGNAR
Resultado que se prevê alcançar:	2º Lugar

<ul style="list-style-type: none"> PARTICIPAÇÃO NA FASE FINAL DO CAMPEONATO DA EUROPA DE SUB-20 MASCULINOS 	
<ul style="list-style-type: none"> Prova organizada pela Confederação Europeia de Voleibol 	
Local:	Bulgária
Data:	2 a 10 Setembro de 2016
Nº de Países participantes:	Na Prova: 10 equipas
Resultado que se prevê alcançar:	8º Lugar

SELECÇÃO DE SUB-19 FEMININOS

<ul style="list-style-type: none"> Enquadramento Humano: 	
Dirigente:	Amélia Melo
Team Manager	A designar
Treinador Principal:	Profª. Gilda Harris
Treinador Adjunto:	Paula Semedo
Médico:	Dr. Ricardo Aido
Fisioterapeuta:	Ana Rita Fernandes

<ul style="list-style-type: none"> PARTICIPAÇÃO NA 2ª RONDA DE QUALIFICAÇÃO PARA O CAMPEONATO DA EUROPA DE SUB-19 FEMININOS 	
<ul style="list-style-type: none"> Prova organizada pela Confederação Europeia de Voleibol 	
Local:	Itália
Data:	31 de Março a 3 de Abril 2016
Nº de Países participantes:	Na Prova: 32 equipas
	NA POULE C: POR, ITA, HOL E ALE
Resultado que se prevê alcançar:	3º Lugar

SELECÇÃO DE SUB-18 MASCULINOS

<ul style="list-style-type: none"> Enquadramento Humano: 	
Dirigente:	Joaquim Pacheco
Team Manager	A designar
Treinador Principal:	Prof. António Guerra
Treinador Adjunto:	Prof. Sérgio Leite
Médico:	Dr. Carlos Magalhães
Fisioterapeuta:	Diogo Barata

<ul style="list-style-type: none"> PARTICIPAÇÃO NO TORNEIO WEVZA 		
	<ul style="list-style-type: none"> Prova organizada pela WEVZA 	
	Local:	Holanda
	Data:	Julho/Agosto
	Nº de Países participantes:	Na Prova: 8 equipas
		POR, BEL, FRA, ESP, ITA, SUI, ALE, HOL
	Resultado que se prevê alcançar:	2º Lugar

<ul style="list-style-type: none"> TORNEIO NAVIDAD 		
	<ul style="list-style-type: none"> Prova Organizada pela Real Federação Espanhola 	
	Local:	A designar
	Data:	26 a 30 de Dezembro de 2016
	Nº de Países participantes:	A designar
	Resultado que se prevê alcançar:	1º Lugar

SELECÇÃO DE SUB-17 FEMININO

<ul style="list-style-type: none"> Enquadramento Humano: 		
	Dirigente:	Amélia Melo
	Team Manager	A designar
	Treinador Principal:	A designar
	Treinador Adjunto:	A designar
	Médico:	Dr. Ricardo Aido
	Fisioterapeuta:	Ana Rita Fernandes

<ul style="list-style-type: none"> PARTICIPAÇÃO NO TORNEIO WEVZA 		
	<ul style="list-style-type: none"> Prova organizada pela WEVZA 	
	Local:	Portugal
	Data:	26 a 31 de Julho
	Nº de Países participantes:	Na Prova: 8 equipas
		POR, BEL, FRA, ESP, ITA, SUI, ALE, HOL
	Resultado que se prevê alcançar:	3º Lugar

<ul style="list-style-type: none"> TORNEIO NAVIDAD 		
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> Prova Organizada pela Real Federação Espanhola 		
Local:		A designar
Data:		26 a 30 de Dezembro de 2016
Nº de Países participantes:		A designar
Resultado que se prevê alcançar:		3º Lugar

SELECÇÃO DE SUB-16 MASCULINOS

<ul style="list-style-type: none"> Enquadramento Humano: 		
Dirigente:		Joaquim Pacheco
Team Manager		A designar
Treinador Principal:		A designar
Treinador Adjunto:		A designar
Médico:		Dr. Nelson Puga
Fisioterapeuta:		Diogo Barata

<ul style="list-style-type: none"> PARTICIPAÇÃO NO TORNEIO WEVZA 		
<ul style="list-style-type: none"> <ul style="list-style-type: none"> Prova organizada pela WEVZA 		
Local:		Suiça
Data:		Julho/Agosto
Nº de Países participantes:		Na Prova: 8 equipas
		POR, BEL, FRA, ESP, ITA, SUI, ALE, HOL
Resultado que se prevê alcançar:		2º Lugar

SELECÇÃO DE SUB-15 FEMININO

<ul style="list-style-type: none"> Enquadramento Humano: 		
Dirigente:		Amélia Melo
Team Manager		A designar
Treinador Principal:		A designar
Treinador Adjunto:		A designar
Médico:		Dr. Nelson Puga
Fisioterapeuta:		Ana Rita Fernandes

• PARTICIPAÇÃO NO TORNEIO WEVZA	
• Prova organizada pela WEVZA	
Local:	Bélgica
Data:	Julho/Agosto
Nº de Países participantes:	Na Prova: 8 equipas
	POR, BEL, FRA, ESP, ITA, SUI, ALE, HOL
Resultado que se prevê alcançar:	2º Lugar

SELECÇÃO DE SENIORES FEMININOS

• Enquadramento Humano:	
Dirigente:	Maria de Lurdes Lopes
Team Manager	A designar
Treinador Principal:	A designar
Treinador Adjunto:	A designar
Médico:	Dr. Ricardo Aido
Fisioterapeuta:	Ana Rita Fernandes

• PARTICIPAÇÃO NA 2ª RONDA DE QUALIFICAÇÃO PARA A FINAL DO CAMPEONATO DA EUROPA 2017	
• Prova organizada pela Confederação Europeia de Voleibol	
Local:	Portugal/Croácia
Data:	1ª Volta: 15 a 18 de Setembro de 2016 2ª Volta: 22 a 25 de Setembro de 2016
Nº de Países participantes:	Na Prova: 29 equipas
Resultado que se prevê alcançar:	2º LUGAR NO GRUPO

SELECÇÃO DE SENIORES MASCULINOS

Enquadramento Humano:	
Dirigente:	António Sá
Team Manager:	A designar
Treinador Principal:	Prof. Hugo Silva
Treinador Adjunto:	Prof. Carlos Prata
Preparador Físico:	Prof. Mário Simões
Médico:	Dr. Ricardo Aido / Dr. Carlos Magalhães
Fisioterapeuta:	Diogo Barata

• PARTICIPAÇÃO NA LIGA MUNDIAL 2016	
• Prova organizada pela Federação Internacional de Voleibol	
Local:	Vários a designar
Data:	Junho e Julho 2016
Nº de Países participantes:	Na Prova: 28 equipas
	NA POULE DE PORTUGAL: 4 A DESIGNAR
Resultado que se prevê alcançar:	APURAMENTO PARA A FASE SEGUINTE

• PARTICIPAÇÃO NA LIGA MUNDIAL 2016 – FINAL FOUR	
• Prova organizada pela Federação Internacional de Voleibol	
Local:	Vários a designar
Data:	Julho 2016
Nº de Países participantes:	Na Prova: 28 equipas
	NA POULE DE PORTUGAL: 4 A DESIGNAR
Resultado que se prevê alcançar:	APURAMENTO PARA A FASE FINAL

• PARTICIPAÇÃO NA FASE FINAL DA LIGA MUNDIAL 2016	
• Prova organizada pela Federação Internacional de Voleibol	
Local:	A designar
Data:	Julho 2016
Nº de Países participantes:	6 SELECÇÕES MUNDIAIS
Resultado que se prevê alcançar:	5º LUGAR

• PARTICIPAÇÃO NA 2ª RONDA DO APURAMENTO PARA A FINAL DO CAMPEONATO EUROPA 2017	
• Prova organizada pela Confederação Europeia de Voleibol	
Local:	Finlândia e Dinamarca
Data:	1ª Volta: 15 a 18 de Setembro de 2016 2ª Volta: 22 a 25 de Setembro de 2016
Nº de Países participantes:	NA PROVA: 31 EQUIPAS
Resultado que se prevê alcançar:	1º LUGAR

CENTROS DE TREINO PARA O ALTO NÍVEL DE VOLEIBOL DE PRAIA (MASCULINOS E FEMININOS)

Enquadramento Humano:		
Dirigente:		Prof. Henrique Gomes
Coordenador:		Prof. Leonel Salgueiro
Treinador Principal:		Prof. Ricardo Rocha
Treinadores Adjuntos:		João Pedro Vieira, Sérgio Soares, Pedro Carvalho, Tiago Sineiro e Bruno Lima
Médico:		Dr. Nelson Puga
Fisioterapeuta:		Diogo Barata

<ul style="list-style-type: none"> • ESTÁGIO PERMANENTE – SELECÇÕES JOVENS 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Organizada pela Federação Portuguesa de Voleibol 	
Local:	Instituto Politécnico do Porto	
Data:	2 ^{as} , 3 ^{as} e 4 ^{as} de 4 de Janeiro a 8 de Junho de 2016	

<ul style="list-style-type: none"> • ESTÁGIO DE OBSERVAÇÃO – SELECÇÕES JOVENS 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Organizada pela Federação Portuguesa de Voleibol 	
Local:	A definir	
Data:	19 a 31 de Março 2016	

<ul style="list-style-type: none"> • TORNEIOS SUB 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Organizada pela Federação Portuguesa de Voleibol 	
Local:	Vários	
Data:	Fins-de-semana de 18 de Junho a 14 de Agosto 2016	

<ul style="list-style-type: none"> • ESTÁGIO PERMANENTE – SELECÇÕES JOVENS 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Organizada pela Federação Portuguesa de Voleibol 	
Local:	Instituto Politécnico do Porto	
Data:	2 ^{as} , 3 ^{as} , 4 ^{as} , 5 ^{as} e 6 ^{as} de 13 de Junho a 31 de Agosto 2015 Treinos Bidiários	

<ul style="list-style-type: none"> • ESTÁGIO ABERTOS – SELECÇÕES JOVENS 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Organizada pela Federação Portuguesa de Voleibol 	
	Local:	Praia Rua 37 – Espinho/Praia de Carcavelos/Praia da Foz do Arelho
	Data:	2 ^{as} , 3 ^{as} , 4 ^{as} , 5 ^{as} e 6 ^{as} com inicio a 13 de Junho a 31 de Agosto 2015

<ul style="list-style-type: none"> • CAMPEONATO EUROPEU DE SUB-18 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Organizada pela Confederação Europeia de Voleibol 	
	Local:	A definir
	Data:	Junho/Julho/Agosto 2015
	Nº de Países participantes:	32 equipas
	Resultado que se prevê alcançar:	5º LUGAR MASC E FEM

<ul style="list-style-type: none"> • CAMPEONATO EUROPEU DE SUB-20 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Organizada pela Confederação Europeia de Voleibol 	
	Local:	A definir
	Data:	Junho/Julho/Agosto 2015
	Nº de Países participantes:	32 equipas
	Resultado que se prevê alcançar:	5º LUGAR MASC / 9º LUGAR FEM

<ul style="list-style-type: none"> • CAMPEONATO EUROPEU DE SUB-22 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Organizada pela Confederação Europeia de Voleibol 	
	Local:	A definir
	Data:	Junho/Julho/Agosto 2015
	Nº de Países participantes:	32 equipas
	Resultado que se prevê alcançar:	5º LUGAR MASC

<ul style="list-style-type: none"> • CAMPEONATO MUNDO DE SUB-17 		
	<ul style="list-style-type: none"> • Organizada pela Federação Internacional de Voleibol 	
	Local:	Maceió - Brasil
	Data:	Março de 2016
	Nº de Países participantes:	32 equipas
	Resultado que se prevê alcançar:	9º LUGAR MASC E FEM

• CAMPEONATO MUNDO DE SUB-19	
• Organizada pela Federação Internacional de Voleibol	
Local:	
Data:	
Nº de Países participantes:	32 equipas
Resultado que se prevê alcançar:	9º LUGAR MASC / 13º LUGAR FEM

• CAMPEONATO MUNDO DE SUB-21	
• Organizada pela Federação Internacional de Voleibol	
Local:	
Data:	
Nº de Países participantes:	32 equipas
Resultado que se prevê alcançar:	9º LUGAR MASC

• TORNEIO WEVZA DE SUB-17	
• Organizada pela WEVZA	
Local:	Itália
Data:	Junho/Julho/Agosto 2016
Nº de Países participantes:	16 equipas
Resultado que se prevê alcançar:	1º LUGAR MASC / 3º LUGAR FEM

• TORNEIO WEVZA DE SUB-19	
• Organizada pela WEVZA	
Local:	França
Data:	Junho/Julho/Agosto 2016
Nº de Países participantes:	16 equipas
Resultado que se prevê alcançar:	1º LUGAR MASC / 3º LUGAR FEM

• TORNEIO WEVZA DE SUB-21	
• Organizada pela WEVZA	
Local:	Espanha
Data:	Junho/Julho/Agosto 2015
Nº de Países participantes:	16 equipas
Resultado que se prevê alcançar:	1º LUGAR MASC / 3º LUGAR FEM

VII – APOIO MÉDICO DESPORTIVO

A lacuna grave apresentada na redacção do Decreto-Lei nº272, de 1 de Outubro de 2009 que revogou o Decreto-lei nº125, pela falta de enquadramento legislativo das selecções nacionais tem-nos criado algumas dificuldades.

Se anteriormente os atletas tinham apoio médico facultado pelos centros de medicina desportiva, desde final de 2009 tal não tem sido possível.

Por forma a ultrapassar esta dificuldade imposta pela legislação, reorganizámos e adaptámos a nossa forma de apoio e intervenção médica dos atletas. Com a noção dos encargos financeiros, mas encarando o futuro com satisfação e motivação, decidimos adaptar a antiga sede, criando uma clínica médica e contratando um fisioterapeuta.

Mais uma vez as insensatas alterações legislativas não nos cortaram a motivação e continuamos a encarar o futuro com satisfação.

Assim, e com o apoio de todos os elementos do departamento médico no próximo ano, iremos realizar o seguinte:

- Avaliação geral e aptidão médica dos atletas;
- Controlo e avaliação médica do treino;
- Apoio à traumatologia e sua reabilitação;
- Elaboração de plano de emergência médica nos recintos desportivos e formação de suporte básico de vida para os agentes desportivos envolvidos;
- Aposta no trabalho preventivo de equilíbrio muscular e postural;
- Avaliações antropométricas e trabalho de apoio nutricional;
- Acções de formação externas com apresentação de temas em congressos da especialidade;

De salientar a colaboração constante com o corpo técnico, com vista à criação de atitudes específicas de rigor e qualidade, no intuito de defesa e do aproveitamento do rendimento do atleta.