

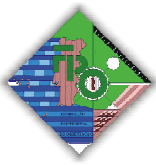
Federação Portuguesa de Orientação

Direcção Técnica Nacional

Estágios e Provas de Selecção 2009

**Seleccções Nacionais de
Orientação Pedestre**

Março de 2009



Federação Portuguesa de Orientação Plano de Estágios e Provas de Selecção

Introdução

Estágios

Fruto da necessidade de um crescimento sustentado das condições de treino proporcionadas aos atletas do Grupo de Selecção, irá iniciar-se em 2009 um programa de estágios para o Grupo de Selecção.

Estes estágios têm como objectivo permitir a preparação e evolução técnica dos atletas. Os estágios terão também um papel fundamental na criação de um espírito de grupo e partilha de conhecimentos.

Estão convocados para os estágios todos os atletas que façam parte do Grupo de Selecção.

Provas de Selecção

De forma a garantir justiça e rigor na competição pelo acesso aos lugares nas Selecções Nacionais, pretende-se organizar provas específicas de selecção que se realizarão mais perto das datas das competições internacionais e em terrenos o mais parecidos possível com os das respectivas competições. Estas provas terão também como objectivo o recriar do tipo de pressão que os atletas encontrarão nas competições internacionais.

Formação de técnicos dos clubes

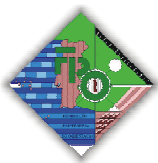
Pretende-se também enquadrar os técnicos dos clubes na implementação dos estágios e das provas de selecção juntamente com os melhores técnicos nacionais e ocasionalmente técnicos de renome internacional. A grande mais-valia deste tipo de organização é a oportunidade que é concedida a todos os intervenientes (atletas, técnicos e clubes) de efectivar o seu desenvolvimento técnico e conseqüentemente o desenvolvimento geral da modalidade em Portugal.

Assim, torna-se vital que, não só os clubes com atletas no Grupo de Selecção, como também os restantes clubes, enviem técnicos aos estágios a acompanhar os seus atletas, com o objectivo principal de enriquecer os seus conhecimentos quer através da observação dos métodos de treino utilizados, quer através da partilha de conhecimentos. Estes técnicos, para além da perspectiva de formação, deverão também colaborar nas acções inerentes à organização do estágio.

Implementação

A coordenação deste projecto será da responsabilidade do **Director Técnico Nacional (DTN)**, cabendo ao **Treinador das Selecções de Orientação Pedestre (TSP)** a responsabilidade de planear e implementar os estágios e as provas de selecção.

Embora todo o processo de coordenação seja realizado pela FPO, os clubes têm também um papel relevante neste processo. Por um lado a FPO ficará responsável pelo alojamento dos atletas nos estágios e por uma parte da sua alimentação (jantar), por outro lado os clubes



Federação Portuguesa de Orientação Plano de Estágios e Provas de Selecção

ficarão responsáveis pelo restante da alimentação e pelo transporte dos atletas para os estágios.

Além disso sempre que as actividades se realizem na zona de influência dos clubes estes têm um papel essencial no auxílio ao DTN (escolha dos locais, organização logística, etc) e ao TSP (cedência dos mapas em O-Cad, planeamento, etc).

Sendo que o objectivo de organizar o máximo possível de estágios para o Grupo de Selecção está obviamente limitado pela disponibilidade financeira da FPO, a estratégia passa por organizar treinos técnicos de qualidade com o menor custo possível, utilizando escolas e outros locais que permitam alojamento e alimentação a baixo custo.

Apela-se a todos os clubes que tenham capacidade de obter apoios que permitam organizar estágios em locais com mapas de boa qualidade que contactem o DTN (dtn@fpo.pt) nesse sentido.

Calendarização

Estágios

Para 2009 estão já calendarizados os seguintes estágios para o Grupo de Selecção:

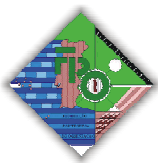
- Data: 4 a 7 de Abril;
Local: Mora;
Planificação e enquadramento: Bruno Nazário e Alexander Shirinian
Apoio: CPOC
- Data: 1 a 3 de Maio;
Local: S. Pedro do Sul;
Planificação e enquadramento: Bruno Nazário
Apoio: Ori-Estarreja

Provas de Selecção

As provas de selecção decorrerão nas datas indicadas abaixo, em terrenos semelhantes, dentro do possível, aos da respectiva competição internacional. Para esta época, ambas as provas de selecção realizar-se-ão no Gerês.

1ª Prova de Selecção (EYOC / JWOC / WOC) De 11 a 14 de Junho		
dia 11	manhã	model event
	tarde	Sprint
dia 12	manhã	-
	tarde	treino ligeiro
dia 13	manhã	distância longa
	tarde	-
dia 14	manhã	distância média
	tarde	-

2ª Prova de Selecção (WOC final) De 24 a 26 de Julho		
dia 24	manhã	-
	tarde	model event
dia 25	manhã	Sprint
	tarde	distância média
dia 26	manhã	distância longa
	tarde	-



Federação Portuguesa de Orientação Plano de Estágios e Provas de Selecção

Funcionamento das Provas de Selecção e Critérios de Selecção

As provas de selecção serão realizadas tendo como objectivo final a selecção dos atletas que representarão Portugal nas principais competições internacionais, para o caso WOC, JWOC e EYOC.

Participam nas provas de selecção os atletas do Grupo de Selecção. Os atletas fora deste grupo que desejem participar deverão requerer a participação nas provas de selecção ao DTN (dtn@fpo.pt) no máximo até 3 semanas antes da realização das provas. O pedido será analisado pelo TSP e pelo DTN, sendo que apenas serão autorizados a participar atletas com manifesto potencial.

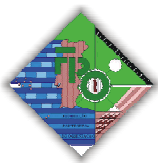
De uma forma simples, o esquema de selecção para 2009 resume-se na tabela abaixo.

Escalão do Grupo de Selecção		Nº Atletas na Competição Internacional
D16	Prova Selecção 1 (11 a 14 de Jun)	EYOC: 3 primeiras nas provas de selecção + 1 atleta seleccionada pela Direcção Técnica (DT)
H16	Prova Selecção 1 (11 a 14 de Jun)	EYOC: 3 primeiros nas provas de selecção + 1 atleta seleccionado pela DT
D18	Prova Selecção 1 (11 a 14 de Jun)	EYOC: 3 primeiras nas provas de selecção + 1 atleta seleccionada pela DT
H18	Prova Selecção 1 (11 a 14 de Jun)	EYOC: 2 primeiros nas provas de selecção + 1 atleta seleccionado pela DT
H20	Prova Selecção 1 (11 a 14 de Jun)	JWOC: 3 primeiros nas provas de selecção + 1 atleta seleccionado pela DT
H21E + H20	Prova Selecção 1 (11 a 14 de Jun)	Pré-Selecção WOC: 4 primeiros nas provas de selecção + 2 atletas seleccionados pela DT
D21E	Prova Selecção 1 (11 a 14 de Jun)	Pré-Selecção WOC: 3 primeiras nas provas de selecção + 1 atleta seleccionada pela DT
Pré-Selecção WOC H21E + H20	Prova Selecção 2 (24 a 26 Jul)	WOC: 2 primeiros nas provas de selecção + 1 atleta seleccionado pela DT
Pré-Selecção WOC D21E	Prova Selecção 2 (24 a 26 Jul)	WOC: 1 primeira nas provas de selecção em concordância com os critérios da DT

CONSIDERAÇÕES:

1. De acordo com o exposto no esquema, os quantitativos para as competições internacionais de Orientação Pedestre na Época 2008/2009 serão: WOC – 3 Masc + 1 Fem; JWOC – 5 Masc (4 H20 + 1 H18*) + 3 Fem (D18*); EYOC – 4 D16, 4 H16, 4 D18, 3 H18.

*estes atletas participarão no EYOC, indo directamente desta competição para o JWOC.



Federação Portuguesa de Orientação Plano de Estágios e Provas de Selecção

2. A classificação nas provas de selecção será obtida através do somatório de pontos das várias provas. Para o cálculo dos pontos relativo a cada prova de selecção será aplicado o mesmo sistema que no ranking da Taça de Portugal (Tempo Vencedor/Tempo Atleta X100).
3. No caso da selecção para o WOC, de acordo com o esquema, a primeira prova de selecção funcionará apenas como pré-selecção para o WOC. A selecção final será efectuada tendo em conta os resultados das Provas de Selecção a realizar nos dias 24 a 26 de Julho.
4. Para possibilitar que os atletas Juniores (H/D20) possam competir por um lugar no WOC, os percursos das provas de selecção serão idênticos aos dos escalões Seniores (H/D 21E).

CrITÉRIOS de Selecção

De acordo com o exposto acima, as provas de selecção não serão o único factor de selecção dos atletas para as competições internacionais.

Pretendendo-se que este seja um projecto a longo prazo e entendendo nós que existem outros indicadores, que não apenas o rendimento desportivo no imediato, existirão vagas (expostas na tabela acima) que serão preenchidas pelo Treinador das Selecções, em concordância com o Director Técnico Nacional.

A decisão será tomada de acordo com os seguintes critérios:

- Perfil do atleta / Perspectiva de evolução futura
- Rendimento nas provas de selecção
- Rendimento / Empenho nos estágios do Grupo de Selecção
- Perfil competitivo para provas específicas (ex: sprint)

Provas de Selecção para Campeonato Ibérico

A observação e selecção de atletas para o Campeonato Ibérico 2009 serão realizadas apenas no início da época 2009/2010. Oportunamente serão divulgados os critérios de selecção.

Observações finais

Poderão também propor-se a participar nos estágios do Grupo de Selecção e nas Provas de Selecção para as Selecções Nacionais atletas não pertencentes ao Grupo, mediante proposta dirigida ao DTN. Serão apenas aceites atletas que demonstrem potencial para integrar este Grupo, e as suas despesas de participação no Estágio ou Prova de Selecção serão integralmente suportadas pelo atleta.