

## Parâmetros Orientadores

### - Seleções Nacionais de Patinagem de Velocidade 2019 -

O presente documento pretende apresentar o “**Planeamento das Seleções Nacionais de Patinagem de Velocidade 2019**”. Assim, procuramos abranger toda a atividade das Seleções Nacionais durante a presente época desportiva, descrevendo de uma forma clara, direta e objetiva a estrutura e o tipo de abordagem que pretendemos colocar em prática.

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

#### Objetivos:

- Organizar, estruturar e executar todo o programa de Seleções para a época de 2019;
- Dar continuidade ao trabalho de base iniciado na época transata (cadetes/juvenis), de forma a obter resultados a curto/médio prazo e projetar resultados a longo prazo;
- Consolidar e reajustar o projeto de OIST;
- Potenciar a interligação com os treinadores dos clubes da modalidade, expondo o trabalho a realizar com as Seleções.

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

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

##### Aspetos quantitativos:

- Obter resultados de relevo nos campeonatos nacionais de pista e estrada;
- Obter resultados de relevo em torneios internacionais de pista e estrada;
- Apresentar bons indicadores a nível físico, psicológico e desportivo;

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

Garantir:

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

##### Nível Tático ou Estratégico:

Evidenciar:

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

##### Atitudes e Valores:

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

## Programação Geral



<b>- Seleções Nacionais Patinagem de Velocidade -</b>				
<b>DATA</b>	<b>LOCAL</b>	<b>PROVA</b>	<b>CATEGORIA</b>	<b>ORGANIZAÇÃO</b>
<b>JANEIRO</b>				
05-06				
12-13/19-20				
26-27				
<b>FEVEREIRO</b>				
02-03		OIST ...	( atletas nascidos de 2007 a 2003)	F.P.P.
09-10		OIST ...	( atletas nascidos de 2007 a 2003)	F.P.P.
16-17		OIST ...	( atletas nascidos de 2007 a 2003)	F.P.P.
23-24				
<b>MARÇO</b>				
02-03/09-10				
16-17/ 23-24				
30-31				
<b>ABRIL</b>				
06-07/13-14				
18 a 20	Canelas	Estágio Nacional de OIST	Cadetes	F.P.P.
<b>MAIO</b>				
03-04-05				
11-12 / 18-19				
<b>JUNHO</b>				
01-02 /08-09				
12 a 16	Canelas	Estágio Pré-Seleção para Roller Games	Juniores / Seniores	FPP
16 a 19	Canelas	Estágio de Formação / JUVENIS	Cadetes / Juvenis	FPP
29-30				
<b>JULHO</b>				
05 a 14	<b>BARCELONA</b>	<b>ROLLER GAMES - BARCELONA</b>	<b>JUN/SEN</b>	<b>World Skate</b>
13-14				
20-21				
24 a 28	Canelas	Estágio de Seleções - Europeu	Juvenis/Juniores/Seniores	
<b>AGOSTO</b>				
02c-03-04-05				
09-10-11	Zandvoorde - Bélgica	<b>CHALLENGER - CADETES (OIST)</b>	<b>CADETES</b>	<b>C.E.C.</b>
17-18				
19 a 24 / 25 a 1	<b>Pamplona</b>	<b>CAMPEONATO DA EUROPA 2019</b>	<b>Juvenis/Juniores/Seniores</b>	<b>C.E.C.</b>
<b>SETEMBRO</b>				
07-08 / 14-15				
21-22 / 28-29				
<b>OUTUBRO</b>				
05-06 / 12-13				
25-26-27	Lagos	1ª Concentração de Treinos Nacionais (Campus Clinic Formação)	Cadetes e Juvenis	FPP
<b>NOVEMBRO</b>				
02-30/09-10				
16-17/ 23-24				
<b>DEZEMBRO</b>				
30-01 /07-08				
14-15 / 21-22				

**Equipa Técnica Nacional  
Patinagem de Velocidade**