



***PLANO DE ACTIVIDADES
E ORÇAMENTO***

2014



ÍNDICE

I. PREÂMBULO.....	3
II. INTRODUÇÃO.....	5
III. ACTIVIDADE DESPORTIVA.....	11
1. NATAÇÃO PURA	11
1.1. Objetivos Específicos	11
1.2. Escalões Etários.....	12
1.3. Organização dos Quadros Competitivos	12
1.3.1. Quadro Competitivo Regional	13
1.3.2. Quadro Competitivo Nacional	13
1.3.3. Quadro Competitivo Internacional.....	14
2. ÁGUAS ABERTAS	16
2.1. Objetivos Específicos	16
2.2. Escalões Etários.....	16
2.3. Organização dos Quadros Competitivos	18
2.3.1. Quadro Competitivo Regional	18
2.3.2. Quadro Competitivo Nacional	18
2.3.3. Quadro Competitivo Internacional.....	19
3. PÓLO AQUÁTICO	20
3.1. Objetivos Específicos	20
3.2. Escalões Etários.....	21
3.3. Organização dos Quadros Competitivos	21
3.3.1. Quadro Competitivo Regional	21
3.3.2. Quadro Competitivo Nacional	22
3.3.3. Quadro Competitivo Internacional.....	23
3.4. Seleções Nacionais	24
3.4.1. Calendarização	25
3.4.2. Critérios de Integração	27
3.5. Regime de Alto Rendimento – Critérios de Acesso.....	27
4. NATAÇÃO SINCRONIZADA	28
4.1. Objetivos Específicos	28
4.2. Escalões Etários.....	29



4.3. Organização dos Quadros Competitivos	29
4.3.1. Quadro Competitivo Regional	29
4.3.2. Quadro Competitivo Nacional	29
4.4. Seleções Nacionais	30
4.4.1. Calendarização	30
4.4.2. Critérios de Integração	31
4.5. Plano de Desenvolvimento Desportivo para o Alto Rendimento	32
4.6. Formação Específica	32
4.7. Campus Sincro	33
4.8. Protocolos e Parcerias	34
5. MASTERS	35
5.1. Objetivos Específicos	35
5.2. Escalões Etários	35
5.3. Organização do Quadro Competitivo Nacional	37
6. PROGRAMAS DE DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO	39
6.1. Objetivos	39
6.2. Calendarização	39
IV. FORMAÇÃO DE RECURSOS HUMANOS	40
1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS	40
2. ESTRATÉGIA	41
V. CONSELHO NACIONAL DE ARBITRAGEM	43
1. OBJETIVOS	43
2. NATAÇÃO PURA	43
3. ÁGUAS ABERTAS	44
4. PÓLO AQUÁTICO	45
5. NATAÇÃO SINCRONIZADA	47
6. MASTERS	49
VI. GABINETE DE COMUNICAÇÃO	50
VII. GABINETE JURÍDICO	51
VIII. ORÇAMENTO PARA 2014	52
IX. ANEXO – PARECER DO CONSELHO FISCAL	52



I. PREÂMBULO

Submete-se a aprovação da Assembleia-Geral (AG) da **Federação Portuguesa de Natação (FPN)** o 'Plano de Atividades e Orçamento' (à frente designado P&O 2014) relativo ao ano fiscal de 2014, sob o mandato dos Órgãos Sociais da FPN em exercício, conforme determina o disposto no art.º 47, pt.º 2, alínea a), dos Estatutos da FPN, de 28 de Junho de 2009.

No período de 6 meses este é o segundo P&O, depois do retificativo apresentado, do que constitui o instrumento prioritário de gestão da direção da FPN.

Neste contexto, esta proposta de P&O '14 que se apresenta reflete a nosso ver a verdadeira essência do que consideramos ser a nossa visão para o presente e futuro da natação Portuguesa, com os contornos constrangedores da real situação do país com reflexos diretos quer na captação de receitas diretas e indiretas, fruto dos contratos-programa e outras receitas próprias, quer ainda a natural necessidade de acomodar despesas face aos cortes efetuados e apresentados no orçamento retificativo e demais cortes adicionais entretanto efetuados pela tutela e os previstos nas dotações orçamentais para o ano de 2014.

De facto, desde a aprovação do PAO 2013, retificativo, o financiamento público da prática desportiva, através das correspondentes Federações representativas certificadas, foi ainda mais afetado pela tutela no subprograma do alto rendimento desportivo e seleções nacionais numa proporção de dimensão considerável adicionados aos entretanto verificados (cerca de 25%), e pela não assunção, em parte, dos compromissos assumidos pelo IPDJ com a FPN relativo à verba de 80.000 euros da organização do campeonato da europa de águas abertas.

Este cenário de recessão tem condicionado não as atividades mas os atos de gestão da FPN numa perspetiva de contida previsão orçamental das receitas a obter e, conseqüentemente, uma mais racional distribuição dos recursos disponíveis com conseqüências previsíveis a prazo na qualidade dos serviços



que a estrutura da FPN e consequentemente dos seus filiados, associações territoriais, pode prestar aos que se destinam as nossas ações: atletas.



II. INTRODUÇÃO

Independentemente da instabilidade financeira, econ mica e social que continua a perpassar pelo País, os cortes aguardados no financiamento, para além dos já verificados de montante considerável em 2013, serão prioritariamente acomodados com despesas não diretamente afetas às atividades desenvolvidas no quadro de competências desta instituição, obrigando a FPN a um esforço criterioso na gestão e opções futuras.

Tal como já referido na introdução do P&O 2013, retificativo, o quadro de restrições que se vislumbram e que, certamente, perdurará continuará a exigir das várias disciplinas aquáticas a decisão de acertar o rumo entre todos os agentes desportivos que têm como mote o desenvolvimento da natação portuguesa.

Este P&O 2014  , por isso, o primeiro verdadeiro documento programático da natação portuguesa da responsabilidade desta nova direção. Neste sentido não deixaremos de refletir todas as nossas convicções e filosofias de atuação que aos poucos foram sendo conhecidas pelos agentes da modalidade. Refiro-me especificamente a alguns deles:

1. A cisão dos contratos de compra e venda e de prestação de serviç os com o Centro Nacional de Preparação Desportiva, de Montemor-o-Velho, e a deslocalização para o Centro de Preparação para o Alto Rendimento de Rio Maior, residencial, a casa preferencial da Natação Portuguesa promovendo-a e divulgando-a tanto a nível nacional como internacionalmente;
2. As alterações nos quadros regulamentares da Natação Pura,  guas Abertas, Sincronizada e Polo Aquático, quer a nível nacional quer a nível regional;
3. A discussão e implementação da nova matriz de apoio regional (MAR) e a atribuição contratualizada do financiamento às associações territoriais com base no caderno de encargos que cada AT deverá cumprir para usufruir do financiamento programático da FPN;



4. A apresentação e aprovação do novo PAR para 2014 com a delimitação clara de uma aposta no alto rendimento desportivo tendo como centro de gravidade o nadador e as condições para a sua preparação desportiva como alicerce do resultado desportivo;
 5. A deslocalização dos nadadores de referência, elite nacional, para centros de treino internacionais em condições de treino e preparação ímpares a nível mundial, integrando na decisão a FPN; os clubes; os nadadores; os encarregados de educação e os programas de apoio existentes pela tutela (IPDJ; COP e fundação do desporto);
 6. Uma nova forma de relacionamento institucional com as congéneres desportivas nacionais (COP; Fundação Desporto; IPDJ; CDP) e internacionais (FINA e LEN; COMEN; COLAN) num esforço de sinergia dos recursos existentes;
 7. A integração progressiva da natação adaptada e dos planos de preparação paraolímpica na esfera de competências da FPN;
 8. A contratualização com as autarquias, detentoras de instalações olímpicas (Jamor, EUL, Póvoa; Loulé; Funchal, Évora, entre outras) de condições especiais de utilização para os nadadores de alto rendimento desportivo e seleções nacionais;
 9. A contratualização com o governo do estado continental (SEJD) e insular (Madeira e Açores) de condições particulares de apoio e desenvolvimento desportivo aos nadadores;
- Entre outros.

Mas apesar do já feito ainda muito falta fazer. E é neste documento que o propomos espelhar. As ideias chaves podem ser expressas de forma clara e inequívoca e de acordo com o nosso plano de ação e que concretizaremos neste plano de atividades:



1. No âmbito da projeção da natação, a sua missão, estrutura e função para o futuro:
 - a) Elaborar o plano estratégico com a auscultação de todos os agentes neste processo a três ciclos olímpicos;
 - b) Concretizar as iniciativas de empreendedorismo, voluntariado e solidariedade sociais sob a designação de **a braço** com a natação;
2. No âmbito da reorganização interna da estrutura Federativa no quadro das necessidades de desenvolvimento desportivo e da sua missão, continuar a redimensionar a estrutura e organização reduzindo os custos inerentes à gestão acomodando desta forma a maioria dos cortes previstos nos contratos programa para 2014;
3. No âmbito do relacionamento com a administração pública central, regional e local, associações territoriais e sistema educativo:
 - a) Contratualizar com a estrutura do desporto escolar a ligação entre a escola e o clube, aumentando a taxa de penetração da natação no sistema educativo, de modo a potenciar o trabalho desenvolvido, identificando possíveis talentos e promovendo a criação de novos núcleos de formação;
 - b) Contratualizar com a Associação dos estabelecimentos de ensino particular e cooperativo a integração de atividades na esfera da federação;
 - c) Implementar o processo de certificação Integrada de escolas de natação, com o propósito de assegurar processos de procura incessante de excelência no domínio da atividade de ensino
 - d) Criar estrutura de interface com o sistema educativo secundário e universitário, para coordenação sistemática a curto, médio e longo prazo das medidas que permitam compatibilizar as exigências de treino com as exigências de competição, assim como o enquadramento dos atletas internacionais;
 - e) Discutir planos plurianuais com cada uma das 13 associações territoriais potenciando o trabalho desenvolvido e os problemas



existentes na malha associativa, com o objetivo de se encontrarem soluções nacionais, regionais ou locais, conforme os casos;

4. No âmbito do relacionamento com tecido empresarial:

- a) Criar oportunidades de financiamento e parcerias comerciais que possam suportar o sistema de incentivos às atividades que propomos;
- b) Abrir o leque dos patrocinadores com vista a obter benefícios comerciais;

5. No âmbito da comunicação e marketing:

- a) Atualização do novo *site*;
- b) Loja online (integrada no site, venda de merchandising de material FPN);
- c) FPN TV (Reportagens do Gabinete de Comunicação e Marketing, Transmissões de competições com suporte do *streaming* e outros meios);
- d) Campanha de sensibilização “Prevenção de afogamentos”, “Obesidade” e “hiperatividade” – Participação de alguns dos melhores nadadores portugueses;
- e) No âmbito da massificação da prática desportiva, continuar a aposta nos Programas de Desenvolvimento Desportivo (PDDs), tendo como objetivos principais o aumento do número de praticantes jovens entre os 8 e os 16 anos, a melhoria de qualidade da prática desportiva juvenil, contribuindo para a adoção de estilos de vida saudáveis, e a promoção e divulgação das diferentes Disciplinas Aquáticas. Manter a realização dos seguintes eventos: Festival de Estrelas-do-mar; Desafio e Campo de Estrelas; Encontro Nacional do Jovem Nadador; Águas Abertas 6.0

6. No âmbito da orientação e promoção dos talentos desportivos:

- a) Criar um “Plano de Desenvolvimento do Jovem Atleta” para cada modalidade, de modo a assegurar o desenvolvimento sustentável, no clube, com uma perspetiva de longo prazo;



- b) Criar rede de centros de formação e treino pontuais (*clinics*) de apoio aos atletas/equipas por área regional/zonal desde o escalão de cadetes/infantis/juvenis.
7. No âmbito do apoio ao desenvolvimento dos árbitros e Juízes:
- Desenvolver em conjunto com as associações respetivas formas de desenvolvimento e retenção dos juízes capacitados nas diferentes disciplinas;
 - Expandir a formação, reciclagem e acreditação nacional de juízes das diversas disciplinas, nos variados distritos.
8. No âmbito da formação de treinadores:
- Implementar os cursos de nível I na rede territorial e de nível II, na rede zonal/nacional;
 - Implementar o programa nacional de formação contínua decorrente da portaria 326/2013 de 1 Novembro, com outros parceiros institucionais;
 - Implementar com base no plano de carreira do atleta a estratégia nacional/regional de formação certificada.
9. No âmbito do alto rendimento desportivo, consolidar os excelentes resultados conseguidos na última época aliada a uma maior abrangência em termos de praticantes e de escalões envolvidos, continuando a reforçar a participação internacional, mais especificamente:
- Poule de apuramento das seleções masculinas e femininas sub19 de polo aquático;
 - Multinations Junior & Youth Meet;
 - Campeonato da Europa de Piscina Curta;
 - Campeonato do Mundo de Piscina Curta;
 - Campeonatos da Europa de Piscina Longa, Berlim;
 - Jogos Olímpicos da Juventude;
 - Campeonato do Mundo de Juniores;
 - Taça do Mundo em  guas Abertas – Viedma;
 - LEN CUP em  guas Abertas – Eilat;
 - Taça do Mundo – Setúbal;



- k) Campeonato da Europa de Juniores de Águas Abertas;
- l) Campeonato do Mundo de Juniores de Águas Abertas;
- m) Campeonato da Europa em Águas Abertas;
- n) Taça COMEN Sincronizada.

As atividades são muitas, mas com o esforço de todos os agentes interessados conseguiremos executar.

III. ACTIVIDADE DESPORTIVA

1. NATAÇÃO PURA

1.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Em 2014, o segundo ano do ciclo olímpico que culminará nos Jogos do Rio de Janeiro, a competição de topo serão os Campeonatos da Europa Absolutos a realizar em Berlim no decorrer do mês de Agosto.

Prosseguindo o caminho definido no início deste ciclo (ter finalistas no Rio 2016) o desafio imediato passa por uma presença consistente no Europeu, balizada pela capacidade de obter um conjunto de resultados que permita o acesso a finais, bem como pelo alargamento do leque de nadadores capazes de atingir esse desiderato.

Cumulativamente teremos como objetivo apresentar um conjunto de prestações, transversal a todos os escalões, que assegurem um percurso seguro no sentido de assegurarmos a renovação e reforço da nossa Seleção Absoluta.

Num quadro de forte constrangimento económico, será efetuado um esforço no sentido de manter um quadro competitivo desafiante e exigente, mantendo elevados padrões de exigência na aplicação dos recursos disponíveis.

É nesse sentido que se enquadram as atividades previstas para as Seleções Nacionais Sénior Jovem, Júnior e Pré-Júnior, procurando nas principais competições de cada um dos escalões a obtenção de classificações em finais e lugares de pódio.

Em termos nacionais, promovemos um conjunto de alterações visando não apenas o aumento do número de praticantes mas, principalmente, um aumento do grau de competitividade e exigência em cada uma delas, de modo a garantir um nível de prestações mais elevado no acesso às diferentes equipas nacionais.

São estes, de forma resumida, os grandes desafios, que encaramos de frente e com confiança.



1.2. ESCALÕES ETÁRIOS

Para a presente época, vigoram os seguintes escalões etários:

CATEGORIA	MASCULINOS	FEMININOS
Seniores	1995 e mais velhos	1996 e mais velhas
Juniores	1996-1997	1997-1998
Juvenis A	1998	1999
Juvenis B	1999	2000
Infantis A	2000	2001
Infantis B	2001	2002
Cadetes A	2002	2003
Cadetes B	2003 a 2006	2004 a 2006

NP. Quadro 1- Categorias em vigor.

1.3. ORGANIZAÇÃO DOS QUADROS COMPETITIVOS

Alterámos a estrutura do quadro competitivo com deslocamento temporal de algumas competições e a criação de um Campeonato Zonal para a categoria Juvenil (de modo a permitir uma periodização tricíclica) e um grande Campeonato de Jovens (Juvenis e Juniores) no final do segundo macrociclo da época.

Desse modo, passamos a ter oito Campeonatos Nacionais, dois Torneios Zonais (organizados pelas Associações Territoriais) e três competições com classificações nacionais: Torneio de Fundo, Torneio Nadador Completo e Taça de Portugal (esta dividida em dois escalões).

1.3.1. Quadro Competitivo Regional

Da responsabilidade das Associações Territoriais, em função do programa anteriormente exposto.

1.3.2. Quadro Competitivo Nacional

Na presente época o Quadro Competitivo Nacional integra as seguintes competições:

COMPETIÇÃO	DATA	LOCAL
CN Clubes - 4ª divisão - Qua.	16 e 17-Novembro-2013	Coruche
Torneios Regionais de Fundo	30 e 1-Dezembro-2013	Por Associação
CN Clubes 3ª e 4ª Divisões	7 e 8-Dezembro-2013	Leiria
Torneios Zonais de Juvenis	13 a 15-Dezembro-2013	Por Zona
CN Júnior e Sénior de PC	20 e 22-Dezembro-2013	Felgueiras
TR Nadador Completo	15 e 16-Fevereiro-2014	Por Associação
Torneios Zonais de Infantis	28 a 30-Março-2014	Por Zona
CN Juvenis e Juniores	4 a 6-Abril-2014	Coimbra
CN Clubes 1ª e 2ª Divisões	18 e 19-Abril-2014	Póvoa de Varzim
CN de Infantis	18 a 20-Julho-2014	Loulé
CN Juvenis e CN Absoluto	24 a 27-Julho-2014	Lisboa (Jamor)

NP. Quadro 2 - Quadro competitivo nacional



1.3.3. Quadro Competitivo Internacional

Este Quadro prevê a participação nas principais competições internacionais de cada escalão, para além de um conjunto de provas capazes de proporcionar momentos de preparação e avaliação conducentes ao reforço do estado de preparação dos praticantes neles envolvidos.

Pelos constrangimentos acima mencionados, procuramos efetuar uma ajustada gestão de recursos que, apesar disso, seja capaz de responder às necessidades dos praticantes e aos Objetivos assumidos.

No quadro seguinte, apresentamos a atividade competitiva prevista para as diferentes Seleções Nacionais:

DATA	COMPETIÇÃO	SN	LOCAL
16 e 17-Novembro-2013	Meeting de Lyon	ABS	Lyon (FRA)
12 a 15-Dezembro-2013	Campeonato Europeu PC	ABS	Herning (DIN)
25 e 26-Janeiro-2014	Meeting do Uster	SJ	Zurique (SUI)
8 e 9-Fevereiro-2014	Meeting de Lisboa	Todas	Lisboa (POR)
10 a 13-Abril-2014	Open de Espanha	ABS	A determinar (ESP)
12 e 13-Abril-2014	Multi Nations Junior Meet	JUN	Corfu (GRE)
12 e 13-Abril-2014	Multi Nations Youth Meet	PJ	Limassol (CYP)
24 e 25-Maio-2014	Meeting de Coimbra	Todas	Coimbra (POR)
7 e 8-Junho-2014	Meeting do Porto	Todas	Porto (POR)
14 e 15-Junho-2014	GP de Barcelona	ABS	Barcelona (ESP)
17 a 22-Junho-2014	Competição a definir	JUN	A determinar
28 e 29-Junho-2014	Open do Luxemburgo	SJ	Luxemburgo (LUX)

DATA	COMPETIÇÃO	SN	LOCAL
16 a 20-Julho-2014	Europeu Júnior	JUN	Dordrecht (HOL)
Julho-2014	Taça Comen	PJ	A determinar (ISR)
18 a 24-Agosto-2014	Europeu Absoluto	ABS	Berlim (ALE)
20 a 28-Agosto-2014	JO da Juventude	JUN/PJ	Nanjing (CHI)
Outubro-2014	Taça do Mundo	ABS	A determinar
Novembro-2014	Campeonato Europeu PC	ABS	A determinar
3 a 7-Dezembro-2014	Campeonato Mundial PC	ABS	Doha (CAT)

NP. Quadro 3 - Quadro competitivo internacional

2. ÁGUAS ABERTAS

2.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

A disciplina conhecer  este ano algumas altera es ao modelo do calendário competitivo nacional, reforçando o mesmo com a introdu o do Campeonato Nacional de 3K para a categoria de Juvenis (acrescido de mais uma prova para Masters) e realizando a fase de Apuramento do Campeonato Nacional de Longa Distância com âmbito zonal.

Esta altera o tem como objetivo não limitar o acesso de praticantes a essa fase, permitindo desse modo uma maior adesão, e a diminui o dos encargos dos Clubes com a desloca o   mesma.

Esse é um objetivo transversal a todos os programas, a consolida o da disciplina pela via da qualidade das presta es dos praticantes e pelo seu crescimento em número e participa es.

Em termos internacionais, depois duma época marcada pela obten o dos melhores resultados de sempre em termos de Campeonatos do Mundo Absolutos, teremos o Europeu de Berlim como competi o de referência.

No escalão Júnior, o ano será marcado pela realiza o de duas competi es de topo, o Europeu de Zagreb e o Mundial de Eilat.

Pesem os constrangimentos conhecidos, os Objetivos continuam a ser marcados pela procura de supera o das presta es anteriores, traduzida na obten o de resultados de nível superior.

2.2. ESCALÕES ETÁRIOS

Os escalões definidos para a disciplina são os mesmos que são utilizados para a Nata o Pura, com a exce o a situar-se na defini o dos 14 anos como idade mínima para participar em competi es.

Por essa razão, passamos agora a ter dois anos de nascimento no escalão Juvenil, no g nero feminino.

Os diferentes Campeonatos Nacionais contemplam a atribui o de títulos apenas às categorias de Juvenis, Juniores e Seniores.



Relativamente às competições internacionais, continua a existir um desfasamento entre as idades utilizadas em Campeonatos da Europa e do Mundo e a nossa realidade.

Nos quadros seguintes apresentamos as idades e categorias em vigor para o ano de 2014:

MASCULINOS		FEMININOS	
Seniores	1995 e antes	Seniores	1996 e antes
Juniores	1996/1997	Juniores	1997/1998
Juvenis A	1998	Juvenis A	1999
Juvenis B	1999	Juvenis B	2000
Infantis A	2000	--	--

AA. Quadro 1 - Categorias para competições nacionais

MASCULINOS		FEMININOS	
Juniores	1996/1997	Juniores	1996/1997
Youth	1998/1999/2000	Youth	1998/1999/2000

AA. Quadro 2 - Categorias para competições internacionais

2.3. ORGANIZAÇÃO DOS QUADROS COMPETITIVOS

Mantem-se a estrutura (em termos de datas) do ano anterior, com a inclusão do novo campeonato para Juvenis e a alteração no figurino de realização da fase de apuramento do Campeonato Nacional de Longa Distância.

Passamos também a integrar uma classificação coletiva neste campeonato, de modo a premiar os Clubes com melhor resultado.

Continua a ser nossa preocupação a consolidação da única prova coletiva existente, o Campeonato Nacional de 5K por equipas, pese a grande variabilidade registada em termos de inscrições.

2.3.1. Quadro Competitivo Regional

A realização de competições a nível regional continua a apresentar uma distribuição alargada à grande maioria das Associações Territoriais, mantendo-se a preocupação em uniformizar a regulamentação.

A necessária garantia de que todas as competições se realizam em condições de elevada segurança para os praticantes, continuará a ser uma prioridade.

2.3.2. Quadro Competitivo Nacional

Para o presente ano, o calendário nacional será composto pelas seguintes competições:

COMPETIÇÃO	DATA	LOCAL
CN Longa Distância - Qualificação	8-Março-2014	Póvoa V./Rio Maior/Funchal
CN Longa Distância - Final	26-Abril-2014	Rio Maior
Campeonato Nacional de 10K, 3K	24-Maio-2014	Amieira (Portel)
AA 6.0	31-Maio-2014	Herdade Salgados (Albufeira)
Campeonato Nacional de 5K	2-Agosto-2013	A determinar
Campeonato Nacional de 5K Equipas	3-Agosto-2014	A determinar

AA. Quadro 3 - Quadro competitivo nacional



2.3.3. Quadro Competitivo Internacional

No último ano verificou-se uma redução da atividade competitiva internacional, fruto da necessidade de ajustamento aos recursos disponíveis. Para este ano, procurou-se ajustar as necessidades competitivas a esses constrangimentos, de modo a garantir alguns momentos de preparação e avaliação competitiva a anteceder as principais competições.

Este ano fica também marcado pelo regresso de uma etapa da Taça do Mundo de 10K ao nosso país, com a sua realização em Setúbal no decorrer do mês de Junho.

COMPETIÇÃO	DATA	LOCAL
FINA Marathon SWC	1-Fevereiro-2014	Viedma (Argentina)
LEN Cup	29-Março-2014	Eilat (Israel)
FINA Marathon SWC	28-Junho-2014	Setúbal (Portugal)
Camp. Europeu Júnior	18 a 20-Julho-2014	Zagreb (Croácia)
Camp. Europeu Absoluto	13 a 17-Agosto-2014	Berlim (Alemanha)
Camp. Mundial Júnior	28 a 30-Agosto-2014	Eilat (Israel)

AA. Quadro 4 - Quadro de competições internacionais



3. PÓLO AQUÁTICO

3.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

No decorrer do ano de 2014, há uma preocupação em apostar na organização, promover a imagem e desenvolver a comunicação, dos quadros competitivos nacionais, e paralelamente, aumentar a competitividade das nossas Seleções Nacionais a nível internacional.

Pretende-se, neste primeiro ano de reformulação dos regulamentos, aumentar o número de agentes desportivos e incrementar a prática da modalidade em mais zonas do país.

A nível de Seleções Nacionais, a obtenção do apuramento para as fases finais do Campeonato Europeu Sub19 Masculino e Feminino são, ao nível da formação, os Objetivos principais. Como objetivo secundário pretende-se, caso a participação seja uma realidade, a obtenção de uma classificação na primeira metade da tabela.

Ao nível sénior, montra da modalidade, há uma aposta num crescimento da qualidade e valores das equipas, incrementando o seu nível competitivo e elevando assim o seu ranking Europeu.

A equipa feminina vai participar, após grande período de ausência, na qualificação para o Campeonato Europeu 2014, sendo que o objetivo primário passa pela obtenção de uma classificação nos 3 primeiros lugares do seu grupo.

Quanto ao género masculino, terminada que está a participação na qualificação para o Campeonato Europeu 2014, há que redefinir Objetivos e começar a preparação do apuramento para o Campeonato Europeu 2016, perspetivando pela primeira vez na história da modalidade a participação na fase final.

Em termos estruturais pretende-se iniciar os trabalhos dos Centros de treinos, através da elaboração de um programa transversal aos vários centros, coordenado por um treinador itinerante.



3.2. ESCALÕES ETÁRIOS

Para o ano de 2014, não foram processadas alterações nos escalões etários. Os mesmos ficaram assim ordenados.

ESCALÃO	IDADE		ANOS NASCIMENTO	
SENIORES	+20		1994 e mais cedo	
JUNIORES	19	18	1995	1996
JUVENIS	17	16	1997	1998
INFANTIS	15	14	1999	2000
CADETES A	13	12	2001	2002
CADETES B	11	10	2003	2004
MINI-POLO	9	8	2005	2006

PA. Quadro 1 – Escalões etários

3.3. ORGANIZAÇÃO DOS QUADROS COMPETITIVOS

Na época 2013/14 houve uma reformulação dos diversos quadros competitivos, destacando alguns os aspetos principais:

- Aumento do número de agentes desportivos envolvidos;
- A qualidade competitiva;
- Competições com interesse desportivo e mediático;
- Enquadramento económico-financeiro do país.

3.3.1. Quadro Competitivo Regional

Uma das principais novidades a este nível é a importância de que os Campeonatos Regionais se revestem na disputa do Campeonato Nacional.



Pretendendo dar mais relevância à realização destas provas, estabeleceu-se que a primeira fase dos Campeonatos Nacionais de Júniores, Juvenis e Infantis de ambos os géneros, serviriam de apuramento para as fases finais. As Associações Territoriais (AT) que por si só, não conseguem ter número de equipas suficientes para a realização de um campeonato próprio, ou que o seu número de equipas não é suficiente para apurar pelo menos uma para a fase final, passam a enquadrar-se nas suas zonas vizinhas, formando Campeonatos Inter-Regionais. Estas provas serão organizadas por uma AT designada por esta federação.

3.3.2. Quadro Competitivo Nacional

As provas nacionais também sofreram alterações, nomeadamente nos participantes das mesmas, que passaram a não ter restrições de participação, podendo neste momento as equipas utilizarem os seus jogadores sem obedecerem a um número mínimo de atletas desse escalão.

O Campeonato Nacional da 1.^a Divisão Masculinos, é composto por 8 Clubes, jogando estes numa primeira fase no sistema de todos contra todos a duas voltas, apurando-se os quatro primeiros para uma série dos primeiros, e os 4 últimos para a série dos últimos. Formam-se assim dois minicampeonatos com 4 equipas, continuando a prova com 20% dos pontos no sistema de todos contra todos a duas voltas. Na série dos primeiros serão apurados os dois primeiros classificados para disputar um *Play-off* à melhor de 3 jogos, para decisão do Campeão Nacional. Os dois últimos classificados da série dos últimos descem ao Campeonato Nacional 2.^a divisão.

Este modelo, foi do agrado das equipas, que viram assim a competitividade alargada, principalmente na 2.^a fase, e os custos com a participação diminuiram.

No campeonato Nacional 2.^a divisão, foi tido em conta a situação económica do país, e foram assim criadas condições para que clubes que apresentam no momento mais dificuldades financeiras possam ter a sua equipa a participar evitando assim o seu desaparecimento. O número de equipas a disputar estas



provas aumentou em relação ao ano anterior, e viu surgir pela primeira vez o aparecimento de uma equipa “B”. Numa primeira fase, há uma divisão das 12 equipas em duas zonas geográficas, apurando-se para o Play-off final as 3 primeiras classificadas de cada zona. O *Play-off* final será disputado num fim-de-semana de 3 dias, encontrando-se aí o campeão nacional da 2.^a divisão e a outra equipa que subirá à 1.^a divisão.

Nos femininos, são 6 as equipas que vão este ano disputar o título nacional, sendo que o campeonato vai ser disputado a quatro voltas, no sistema de todos contra todos, sendo apurados os 2 primeiros classificados para um *Play-off* final a disputar à melhor de 3 jogos. Este sistema, apesar do reduzido número de equipas, permite que haja um grande número de jornadas (20) e assim elevar a capacidade competitiva das equipas e atletas.

Nos escalões de Juniores, Juvenis e Infantis, houve um incremento das equipas participantes. As fases finais dos dois géneros vão ser disputadas por 4 equipas, na mesma data e local. Esta ação, visa promover um enquadramento de um maior número de agentes desportivos e espectadores, criando uma atmosfera mais agradável, quer para os organizadores, quer para os praticantes. Com esta iniciativa, irá ser possível, através de economias de escala reduzir os custos de organização destas provas.

A organização será atribuída a Associações Territoriais ou Autarquias, mediante a aceitação de um caderno encargos.

A Taça de Portugal e a Supertaça “Carlos Meinedo”, provas organizadas pela FPN, provas por excelência, nas quais se pretende dar um enquadramento em termos de espetáculo organizado, desportivo e televisivo.

A descentralização na organização de todas estas provas é também um aspeto para o qual esta Federação está bastante sensível.

3.3.3. Quadro Competitivo Internacional

No campo internacional, 2014 vai ser um ano com bastante ação.

As equipas sénior feminino e juniores de ambos os géneros vão ser as mais ativas.



3.4. SELEÇÕES NACIONAIS

Em Janeiro, na Holanda, a equipa sénior feminina vai regressar ao quadro competitivo internacional, após 4 anos de interregno, disputando o apuramento para o Campeonato Europeu 2014.

As equipas de Sub19, vão disputar em Maio o apuramento para a fase final dos respetivos Campeonatos Europeus, tendo como objetivo principal a sua qualificação. Em Agosto, masculinos, e Setembro, femininos, irão disputar, assim o esperamos, as fases finais dos Campeonatos Europeus em Tbilissi e Roma, respetivamente.

Já para o fim do ano, a equipa sénior masculina, irá iniciar a preparação para o apuramento do Campeonato Europeu 2016 (Belgrado), partindo desta vez com perspetivas bem definidas na obtenção pela primeira vez na história de uma qualificação para a fase final.

Em 2014 irá ser dado início, numa primeira fase no Porto e Cascais, aos Centros de Treinos para atletas nascidos em 1998 e 1999 de ambos os géneros. Estes centros pretendem dotar os atletas neles participantes, de todos os fundamentos básicos, permitindo assim que a base da pirâmide cresça de uma forma sustentada e homogénea, permitindo assim alimentar desde cedo uma cultura desportiva de alto rendimento, visando atingir níveis elevados em termos de ranking, num futuro que se espera de médio prazo, permitindo que o Pólo Aquático português ganhe outra expressão a nível internacional.



3.4.1. Calendarização

Para 2014, os quadros de ações, por equipas são os seguintes:

Objetivo:	Apuramento Campeonato Europa S19 Classificação primeira metade		
AÇÃO	SN	GÉNERO	DATA
TREINOS PREPARAÇÃO	S19	FEM	Janeiro 2014
ESTÁGIO CONJUNTO C/ FRA	S19	FEM	Abril 2014
ESTÁGIO (Condicional)	S19	FEM	Maió 2014
TORNEIO QUALIFICAÇÃO C.EUROPA	S19	FEM	Maió 2014
ESTÁGIO	S19	FEM	Agosto 2014
C.EUROPA S19	S19	FEM	Setembro 2014

PA. Quadro 2 – Calendarização de Ações – SN Sub19 Fem.

Objetivo:	Classificação até ao 3.º lugar grupo apuramento Criar equipa de valores sólidos		
AÇÃO	SN	GÉNERO	DATA
ESTÁGIO	SENIORES	FEM	Janeiro 2014
TORNEIO QUALIFICAÇÃO C.EUROPA	SENIORES	FEM	Janeiro 2014
TREINOS PREPARAÇÃO	SENIORES	FEM	Fevereiro 2014
TORNEIO 4 NAÇÕES	SENIORES	FEM	Março 2014
TORNEIO 6 NAÇÕES	SENIORES	FEM	Agosto 2014

PA. Quadro 3 – Calendarização de Ações – SN SEN Fem.



Objetivo:	Apuramento Campeonato Europa S19 Classificação primeira metade		
AÇÃO	SN	GÉNERO	DATA
ESTÁGIO CONJUNTO C/ MADRID	S19	MAS	Março 2014
ESTÁGIO CONJUNTO C/ SEL.REG. ANNP	S19	MAS	Abril 2014
ESTÁGIO	S19	MAS	Maió 2014
TORNEIO QUALIFICAÇÃO C.EUROPA	S19	MAS	Maió 2014
ESTÁGIO (Condicional)	S19	MAS	Agosto 2014
C.EUROPA S19	S19	MAS	Agosto 2014

PA. Quadro 4 – Calendarização de Ações – SN Sub19 Mas.

Objetivo:	Início de trabalhos de preparação CE S17 (2015) - Jogos Europeus		
AÇÃO	SN	GÉNERO	DATA
TORNEIO 6 NAÇÕES	S17	MAS	Abril 2014

PA. Quadro 5 – Calendarização de Ações – SN Sub17 Mas.

Objetivo:	Início da preparação CE 2016		
AÇÃO	SN	GÉNERO	DATA
ESTÁGIO CONJUNTO C/ KSI	SENIORES	MAS	Outubro 2014
TREINOS PREPARAÇÃO	SENIORES	MAS	Outubro 2014

PA. Quadro 6 – Calendarização de Ações – SN SEM Mas.



3.4.2. Critérios de Integração

Numa perspetiva de grande exigência na seleção e escolha dos atletas a representar a Seleção Nacional, foram estabelecidos critérios tais como, compromisso com os Objetivos coletivos, determinação, interesse pela modalidade, assiduidade numa base mínima de 5+2 (treinos na água + seco p/semana), comportamento sócio desportivo dentro dos parâmetros estabelecidos. A observação permanente por parte dos nossos técnicos, a interação com os treinadores dos Clubes e a interação no contexto de estágio são os momentos determinados para avaliação das capacidades dos atletas.

3.5. REGIME DE ALTO RENDIMENTO – CRITÉRIOS DE ACESSO

De acordo com o Decreto-Lei n.º 272/2009 de 1 de Outubro, são praticantes desportivos de alto rendimento os que nas modalidades coletivas que integram o Programa Olímpico:

Nível A: tenham integrado seleções nacionais que obtiveram classificação na 1.^a metade da tabela em campeonatos do mundo ou campeonatos da Europa, no escalão absoluto; tenham integrado seleções nacionais que obtiveram classificação não inferior ao 3º lugar em campeonatos do mundo ou campeonatos da Europa, no escalão imediatamente inferior ao absoluto; tenham obtido qualificação para os jogos Olímpicos;

Nível B: tenham integrado seleções nacionais em campeonatos do mundo ou campeonatos da Europa no escalão absoluto; tenham obtido classificação na 1.^a metade da tabela em campeonatos do mundo ou campeonatos da Europa no escalão imediatamente inferior ao absoluto;

Nível C: tenham integrado a seleção ou representação nacional em competições desportivas de elevado nível, nos termos estabelecidos na portaria referida no artigo 9.º.



4. NATAÇÃO SINCRONIZADA

4.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Para o ano de 2014 será desenvolvida a organização, a imagem e a comunicação desta disciplina através da dotação de uma oferta competitiva alargada no tempo e em número.

Pretendemos ainda aumentar o número de clubes filiados, bem como o consequente aumento de número de praticantes filiadas. Para isso, contamos com uma estratégia de divulgação e comunicação para a disciplina, a par da participação das nossas Seleções Nacionais a nível internacional, que irão conferir a competitividade e experiência necessárias.

O ano de 2014 será o primeiro de aplicação das novas regras FINA para este ciclo olímpico, pelo que será um ano de ajuste perante tais alterações.

Serão realizados 2 torneios de figuras por zonas, divididos entre zona norte/zona centro e um na zona sul, promovendo assim o desenvolvimento de provas regionais. Serão mantidas as provas de níveis, para as quais procedemos já à reformulação do seu regulamento específico.

Pretendemos dar continuidade ao projeto de desenvolvimento desportivo que recai no encontro anual do Programa “Estrelas do Mar” tendo em vista incrementar a visibilidade da NS, bem como, desenvolver o número de praticantes da disciplina.

Temos ainda como objetivo para este ano de 2014 a continuidade na aposta na dinâmica e celeridade dos resultados das provas nacionais de NS, conferindo maior credibilidade ao processo e a toda a organização em geral.

Será ainda realizada uma monitorização de cada campeonato nacional através da elaboração de uma análise *SWOT*.

4.2. ESCALÕES ETÁRIOS

Categorias	Ano Nascimento	Idade
Seniores	1995 e anterior	Mais de 18 anos
Juniores	1996 - 1998	16,17,18 anos
Juvenis	1999 - 2001	13,14,15 anos
Infantis	2002 e posterior	Menos de 12 anos

NS.Quadro 1 – Escalões Etários

4.3. ORGANIZAÇÃO DOS QUADROS COMPETITIVOS

4.3.1. Quadro Competitivo Regional

Competição	Datas
Campeonato Zonal de Figuras (Infantil, Juvenil e Júnior) – Zona 1	Janeiro 2014
Campeonato Zonal de Figuras (Infantil, Juvenil e Júnior) – Zona 2	

NS.Quadro 2 – Calendário competitivo regional

4.3.2. Quadro Competitivo Nacional

Competição	Datas	Local
Campeonato Nacional de Inverno	11,12 e 13 de Abril	<i>Santarém</i>
Campeonato Nacional de Verão	25, 26 e 27 de Julho	<i>Felgueiras</i>

NS.Quadro 3 – Calendário competitivo nacional



4.4. SELEÇÕES NACIONAIS

Pretendemos no ano de 2014 dar continuidade ao projeto iniciado na época desportiva anterior, através da formação da seleção nacional da categoria Juvenil de NS, cujo principal objetivo será a Participação na Taça Comen, na Grécia, de 10 a 13 de Julho de 2014. Para esta participação temos como principais objetivos a internacionalização das atletas e a conquista de uma posição entre o 6.º e o 8.º lugar na tabela classificativa. Para tal, as atletas irão participar em todas as provas da competição – figuras, solo, dueto, equipa e esquema combinado.

Pretendemos ainda este ano dar início à constituição de uma seleção nacional de NS, com atletas da categoria Júnior, que por um lado irá dar continuidade ao projeto juvenil que tem sido desenvolvido e por outro permitirá criar bases sólidas rumo a um plano de alto rendimento para a disciplina. Esta seleção Nacional estará presente no Campeonato *Infantas* de Espanha, em Junho, tendo como principal objetivo a internacionalização das atletas, a par da melhor prestação possível, cuja avaliação efetuada pelos juízes internacionais será o ponto de partida para o árduo trabalho remanescente. Nesta prova, e dada a recente criação desta seleção, nos moldes atuais, as atletas irão participar nas provas de figuras, solo, dueto e esquema combinado.

4.4.1. Calendarização

COMPETIÇÃO	DATAS	LOCAL
Seleção Nacional Juvenil de NS – Taça COMEN	10 a 13 de Julho	Grécia
Seleção Nacional Júnior de NS – Campeonato de Infantas de Espanha	27 a 29 de Junho	Espanha

NS. Quadro 4 - Quadro competitivo internacional

Datas	SELEÇÃO	LOCAL
7, 8 e 9 de Fevereiro	JUV	ANDL, a confirmar
21, 22 23 Fevereiro	JUN	Murtosa
16, 17 Abril	JUV	ANNP, a confirmar
25, 26 e 27 Abril	JUN	ANNP, a confirmar
2,3,4 Maio	JUV	ANDS, a confirmar
16, 17, 18 Maio	JUN	A determinar
4, 5, 6 Julho	JUV	Rio Maior
23 a 25 de Junho	JUN	Rio Maior

NS. Quadro 5 – Calendariza o de períodos de Estágio

4.4.2. Critérios de Integra o

Numa perspetiva de grande exigência na seleção e escolha das atletas a representar a Seleção Nacional, serão mantidas as normas orientadoras para a formação da Seleção Nacional.

A Equipa Nacional Natação Sincronizada que representar  Portugal internacionalmente será o resultado final de uma avaliação que levou em linha de conta os parâmetros definidos no Documento Oficial das Normas e Critérios de Seleção, acima mencionado, e a avaliação conduzida pela conceituada treinadora RFEN – *Prof. Silvia Hernandez*, no treino de Pr  seleção.

A observação permanente por parte dos nossos técnicos, a intera o com as treinadoras dos Clubes e a intera o no contexto de estágio são momentos determinantes para avaliação das capacidades físicas, psicológicas e sociais dos atletas.



4.5. PLANO DE DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO PARA O ALTO RENDIMENTO

Tendo por base a possibilidade que ao longo deste ano nos será apresentada aquando dos estágios integrados num centro desportivo de alto rendimento, serão encetados contactos para que o acesso ao plano de alto rendimento para a natação sincronizada seja uma realidade.

Ao longo deste ano será necessário dotar a NS de novas formas de trabalho de uma seleção com vista definir um plano de desenvolvimento desportivo para o alto rendimento da Disciplina a médio prazo.

Os critérios de acesso ao Regime de Alto Rendimento estão definidos no Decreto-Lei n.º 272/2009, de 1 de Outubro, que determina quais as classificações e resultados desportivos que dão acesso a este sistema, dividindo as modalidades em olímpicas e não olímpicas e classificando os praticantes em três níveis distintos: nível A, nível B e nível C.

Esta legislação foi complementada com a publicação da Portaria n.º 325/2010, de 16 de Junho, que veio definir as competições consideradas como de alto nível, reconhecidas como válidas para a obtenção deste estatuto.

4.6. FORMAÇÃO ESPECÍFICA

Sempre em perfeita sintonia com o departamento de Formação da FPN, e de modo a podermos equipar as treinadoras de NS de mais e melhores ferramentas de trabalho, é nosso objetivo promover várias ações de formação nas diversas valências: técnica, artística, coreográfica, estilos música, ginástica acrobática, elementos de risco e psicologia do desporto. Nesta linha poderemos propor a realização de um mínimo de 4 ações de formação a decorrer no ano de 2014:

POPULAÇÃO ALVO	TEMA	MÊS	PRELETORA
Treinadoras Grau 1 e 2	Planeamento e Periodização da NS	Março	RFEN

POPULAÇÃO ALVO	TEMA	MÊS	PRELETORA
Treinadoras Grau 1 e 2	Técnicas Coreográficas e construção de esquemas	Março	RFEN
Treinadoras Grau 1	Natação Sincronizada - Grau Introdutório	Fevereiro	FPN
Treinadoras Grau 1	Treino da Nataçã Sincronizada - escalões de formaçã	Fevereiro	FPN
Treinadoras Grau 1 e 2	Natação Sincronizada	a determinar	RFEN

NS. Quadro 6 – Propostas de ações de formaçã para técnicas de NS

Para levar a bom porto toda a formaçã necessària e concebida, serà imprescindível desenvolver reuniões regulares para incrementar colaborações entre a FPN e os respetivos DTRs de cada AT.

Serà também elaborado um Manual de Boas Práticas de NS, instrumento congregador de todos os momentos formativos apõs os tãrminos dos quadros competitivos nacionais, de forma a ser mais um contributo formativo para os intervenientes.

4.7. CAMPUS SINCRO

Tendo em vista nã sã a divulgaçã desta disciplina perante a comunidade, mas também tendo por objetivo principal o incremento do nũmero de atletas e a sua manutençã nos escalões de formaçã, serà organizado o Campus Sincro, que poderà contar com a presença de uma treinadora RFEN que se dedicarà a ministrar um conjunto de treinos intensivos dedicados às figuras e coreografias, a par do trabalho em seco e vertentes artísticas, dedicados ao escalã Infantil. É nossa expectativa com esta açã fomentar o desenvolvimento de métodos de trabalho profícuos que confluam em melhoria técnica das atletas nos seus clubes de origem, potenciando a motivaçã intrínseca para a prática.



4.8. PROTOCOLOS E PARCERIAS

Dada a elevada componente acrobática que envolve esta disciplina torna-se cada vez mais emergente a colaboração de treinadores especializados nesta área, pelo que urge a concretização para este ano de um protocolo de parceria com a Federação Portuguesa de Ginástica;

Numa linha dedicada à continua divulgação e desenvolvimento da disciplina, pretendemos estabelecer um protocolo de cooperação entre a FPN e as Instituições de Ensino Superior que detêm na sua tutela o ensino na área das ciências do desporto, de forma a que a Natação Sincronizada possa a ser parte integrante dos currículos e dos conteúdos programáticos.

Ainda numa perspetiva de desenvolvimento da disciplina, pretendemos desenvolver o projeto “A sincronizada vai à Escola de Natação” - a sincronizada na adaptação ao meio aquático”, potenciando o incremento de número de formações neste âmbito.

5. MASTERS

5.1.OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Um dos principais objetivos do programa Master é levar a prática da Natação a um número crescente de pessoas, independentemente de possuirem ou não um histórico na Modalidade. Pretende-se assim aumentar o número base de praticantes e dessa forma reforçar o peso das disciplinas aquáticas na prática desportiva nacional.

Para que isso seja possível, tem-se procurado assegurar o crescimento regular no número de praticantes Masters.

Não obstante o crescimento registado no programa Master, tanto no número de praticantes filiados, como no número de participantes nas competições nacionais, ao longo dos últimos anos, tem-se revelado necessário delinear novas estratégias e introduzir renovados desafios de forma a assegurar o contínuo crescimento da vertente Master.

5.2.ESCALÕES ETÁRIOS

Para este ano, vigoram os escalões etários apresentados nos quadros seguintes:

GRUPO	ESCALÃO ETÁRIO	ANO DE NASCIMENTO
A	25-29	89-85
B	30-34	84-80
C	35-39	79-75
D	40-44	74-70
E	45-49	69-65
F	50-54	64-60
G	55-59	59-55
H	60-64	54-50



GRUPO	ESCALÃO ETÁRIO	ANO DE NASCIMENTO
I	65-69	49-45
J	70-74	44-40
K	75-79	39-35
L	80-84	34-30
M*	85-89	29-25

* Nota: Caso existam nadadores com idade superior à identificada no quadro acima, serão integrados em grupos subsequentes que, à semelhança dos restantes grupos etários, estarão divididos em intervalos de 5 anos.

MAS. Quadro 1 - Escalões etários para as provas individuais em 2014

Para as provas de estafeta funcionam os seguintes escalões:

GRUPO	ESCALÃO ETÁRIO
1	100-119
2	120-159
3	160-199
4	200-239
5	240-279
6	280-319
7	320-359

MAS. Quadro 2 - Escalões etários para as provas de estafeta em 2014

5.3. ORGANIZAÇÃO DO QUADRO COMPETITIVO NACIONAL

Em 2014 apresenta-se um novo conjunto de desafios à comunidade Master de forma a garantir crescentes motivos de interesse e adesão. Introduzem-se assim no calendário competitivo 2 novos troféus, assentes em competições já existentes. Um, privilegia o desempenho coletivo, por clubes, durante os momentos competitivos sob a égide da FPN. O outro, proporcionará aos praticantes Masters discutirem posições num ranking de especialistas (por estilo) ao longo de todo o ano. O primeiro adota a denominação de Taça Masters e acompanha a prestação das equipas nas duas competições de Natação Pura – Open de Inverno e Open de Verão – e nas 3 provas de Águas Abertas que se disputarão em 2014 – os 1.500m e os 3.000m do C.N de Águas Abertas e a prova nacional integrada no programa de atividades da Taça do Mundo de Setúbal. O segundo, o Circuito Especialista Master, permite aos nadadores definirem objetivos intermédios para a sua prestação desportiva, possibilitando, em simultâneo, um maior dinamização das competições de índole maioritariamente regional, organizadas pelas Associações Territoriais ou pelos Clubes.sz

A par destas alterações, foram ainda reestruturados os programas das duas competições de Natação Pura de modo a podermos ter horários de participação equilibrados, sem perda de praticantes nem constrangimentos no acesso dos mesmos a Campeonatos Nacionais.

No quadro 3 podemos observar o calendário competitivo previsto para 2014:

COMPETIÇÃO	DATAS	LOCAIS
Taça Masters	-	-
Circuito Especialista	Durante a Época	Vários
Open de Inverno	25 e 26 de Janeiro	Mealhada
Campeonato Nacional de Águas Abertas Prova de 1.500m	24 de Maio	Amieira – Portel



COMPETIÇÃO	DATAS	LOCAIS
XVI Campeonato Nacional / Open de Verão de Masters	04 a 06 de Julho	Évora
Campeonato Nacional de Águas Abertas Prova de 3.000m	03 de Agosto	A determinar

MAS. Quadro 3 - Calendário competitivo nacional para 2014

6. PROGRAMAS DE DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO

6.1. OBJETIVOS

A FPN tem traçado como Objetivos para os Programas de Desenvolvimento Desportivo (PDDs): o aumento do número de praticantes jovens entre os 8 anos e os 16 anos, a melhoria de qualidade da prática desportiva juvenil, contribuindo para a adoção de estilos de vida saudáveis e a promoção e divulgação das Disciplinas Aquáticas.

Em 2014 a divulgação dos PDDs passa pela organização, por parte da FPN, dos seguintes eventos:

- Festival de Estrelas-do-mar;
- Desafio e Campo de Estrelas;
- Encontro do Jovem Nadador – Zona Norte/Centro
- Encontro do Jovem Nadador – Zona Sul/Centro
- Águas Abertas 6.0.

6.2. CALENDARIZAÇÃO

ACTIVIDADE	DATA	LOCAL
Aguas Abertas 6.0	31 de Maio	Herdade dos Salgados – Algarve
Festival de Estrelas	7 e 8 de Junho	A determinar
Desafio e Campo de Estrelas	7 e 8 de Junho	A determinar
Encontro do Jovem Nadador Centro/Sul	5 de Julho	A determinar
Encontro do Jovem Nadador Centro/Norte	12 de Julho	A determinar



IV. FORMAÇÃO DE RECURSOS HUMANOS

O objetivo geral para a Formação de Recursos Humanos passa por dois eixos distintos:

- Continuar a promoção do aperfeiçoamento qualitativo e quantitativo da formação de agentes desportivos, quer no âmbito das disciplinas da Nataação quer em termos recreativos, competitivos ou de alta competição;
- Reestruturação do sistema de Formação, indo ao encontro com o Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT).

1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Os Objetivos específicos são os seguintes:

- Iniciar os cursos de formação técnica de cada um dos diferentes graus e disciplinas aquáticas;
- Creditar todas as formações realizadas no âmbito do Plano Anual de Formação, de acordo com o Regulamento PNFT (a cargo do IPDJ);
- Fomentar a atualização contínua dos treinadores inseridos no processo de treino de Alto Rendimento nas novas metodologias de treino e acompanhamento dos nadadores de alta competição;
- Melhorar a formação global dos nadadores de alta competição em temáticas relevantes para a potenciação das suas capacidades de desempenho desportivo;
- Fomentar a atualização contínua dos técnicos de Grau I e II, com vista à melhoria da qualidade da prática realizada pelos jovens praticantes de Nataação;
- Iniciar e fomentar a formação no âmbito da Certificação das Escolas de Nataação FPN;



- Promover a formação aquática multidisciplinar de crianças, com vista à massificação da participação desportiva nas diferentes disciplinas;
- Diversificar as áreas de incidência da formação com vista a abranger maior número de agentes desportivos (ex.: formadores, dirigentes, pais, ex-praticantes, fisioterapeutas, enfermeiros, massagistas, etc.);
- Implementar a formação e o enquadramento de antigos praticantes com estatuto internacional, atuais nadadores e técnicos (desportivos, médicos e paramédicos);
- Continuar a formação específica de agentes desportivos no domínio do treino e arbitragem de *Águas Abertas*;
- Fomentar a atualização contínua dos árbitros/juízes com vista ao sucesso dos nadadores da modalidade;
- Aumentar em qualidade e quantidade as equipas de arbitragem, nomeadamente nas disciplinas mais carenciadas, incidindo também no âmbito do Desporto Escolar.

2. ESTRATÉGIA

Para preconizar os diferentes Objetivos a que nos propomos, as estratégias a implementar são as seguintes:

- Promoção e divulgação dos cursos (nomeadamente os mais diretamente relacionados com o treino e arbitragem) nas escolas de ensino secundário e superior, junto a docentes e alunos;
- Desenvolver ações de reciclagem acreditadas do Grau I e II, no âmbito das diferentes disciplinas (Natação Sincronizada, Pólo Aquático);
- Realizar formação para os formadores, integrando-os nos novos projetos da FPN;



- Promover ações no âmbito das áreas que se mostraram mais carenciadas de formação, nomeadamente em catividades aquáticas mais diversificadas, gestão, organização e manutenção de piscinas e escolas de natação – Certificação de Escolas de Natação FPN;
- Realizar ações de formação que visem promover a melhor utilização de ferramentas informáticas específicas;
- Promover ações no âmbito da Nataação Pura, reciclagens e atualizações de treinadores;
- Desenvolver ações de formação para pais, sobretudo dos praticantes mais jovens;
- Organizar ações de formação para elementos subsidiários das equipas técnicas;
- Criar condições especiais para antigos praticantes filiados na FPN nas ações de formação e cursos;
- Promover o conhecimento específico relativamente ao treino de Águas Abertas, através de ações de formação com técnicos especializados e credenciados;
- Criar parceiros estratégicos com instituições de ensino e/ou entidades privadas, autarquias, entre outras.



V. CONSELHO NACIONAL DE ARBITRAGEM

1. OBJETIVOS

O Conselho Nacional de Arbitragem tem como objetivo a aposta de ter nas provas o Júri mais completo possível, para que se possa manter a qualidade em todas as competições, mantendo como princípio básico a verdade desportiva.

2. NATAÇÃO PURA

Durante o ano civil de 2014 estão previstas a realização de sete (7) competições:

- Campeonato Nacional de Juvenis e Juniores – Piscina Longa;
- Campeonato Nacional de Clubes – 1.^a e 2.^a Divisões;
- Campeonato Nacional de Infantis – Piscina Longa;
- Campeonato Nacional de Juvenis, Campeonatos Absolutos de Portugal e OPEN de Portugal – Piscina Longa;
- Campeonato Nacional de Clubes – Qualificação para a 4.^a Divisão;
- Campeonato Nacional de Clubes – 3.^a e 4.^a Divisões;
- Campeonato Nacional de Juniores e Seniores – Piscina Curta.

Como tem sido prática no Conselho Nacional de Arbitragem, sempre que possível, as convocatórias serão distribuídas de modo equitativo pelos diversos Conselhos Distritais/Regionais de Arbitragem, sempre na perspetiva dos melhores árbitros e juizes na Competição.

O Conselho Nacional de Arbitragem prevê colocar em prática os seguintes projetos para a Natação Pura:

- 1 Curso de Complementar de Arbitragem, dirigido a juizes de 2.^a categoria;
- Primeiro Congresso Nacional de Arbitragem de Natação Pura;



- A nível internacional, continuar a apoiar a presença de árbitros em todas as competições internacionais possíveis;
- A exemplo dos anos anteriores propor à direção da FPN, árbitros de Categoria Nacional para integrar a Comitativa Nacional que participa nas competições *Multinations*, para que os árbitros adquiram experiência internacional. Assegurando desta forma, que sempre que for solicitado ao Conselho de Arbitragem a indicação de Árbitros para as listas da FINA, existe um conjunto de elementos com experiência internacional;
- Apoiar a realização de Cursos Elementares (realizados pelos Conselhos Regionais/Distritais de Arbitragem) com a nomeação de formadores e fornecimento da documentação necessária para a realização dos mesmos;
- Promover as reuniões com o Conselho Nacional de Arbitragem, para que seja possível uniformizar e melhorar as classificações anuais dos árbitros e juízes, assim como outros assuntos de interesse relevante.

3. ÁGUAS ABERTAS

Durante o ano civil de 2014 estão previstas a realização de seis (6) competições:

- Campeonato Nacional de Longa Distância JUV, JUN e SEN – Apuramento;
- Campeonato Nacional de Longa Distância JUV, JUN e SEN – Fase Final;
- Campeonato Nacional JUN e SEN de 10 km;
- Campeonato Nacional JUV de 3 km;
- Campeonato Nacional JUV, JUN e SEN de 5 km;
- Campeonato Nacional de 5 km por Equipas.

O Conselho Nacional de Arbitragem prevê colocar em prática os seguintes projetos para a Águas Abertas:

- 1 Ação de Reciclagem na Arbitragem de Águas Abertas destinado a todos os árbitros Nacionais filiados de Águas Abertas;



- Promover e organizar uma FINA *Open Water Swimming School*.

4. PÓLO AQUÁTICO

A exemplo das épocas anteriores, a época desportiva, em 2014, apresenta um total previsto de cerca de 460 jogos, distribuídos pelos vários escalões, incluindo os diversos campeonatos nacionais, taças, e torneios internacionais em que a arbitragem/oficiais sejam da responsabilidade da FPN.

À semelhança dos anos anteriores, as equipas de arbitragem serão constituídas por:

- 4 elementos, 2 árbitros e 2 oficiais de mesa, sendo que um dos oficiais é nomeado pelo CNA, e o outro, é da responsabilidade do clube que joga “em casa”, devendo estar devidamente habilitado;
- Nos jogos de Play-Off e Finais da Taça e Supertaça, as equipas serão constituídas por 7 elementos, dos quais 2 árbitros, 3 oficiais de mesa e 2 juízes de golo, todos eles nomeados pelo CNA.

Para além do quadro das competições nacionais, inscrito no Regulamento de Competições Nacionais de Pólo Aquático para 2013/2014, iremos continuar a dinamizar o projeto de criação e desenvolvimento de novos quadros de arbitragem a nível nacional, nomeadamente no Algarve, em Coimbra e em Lisboa, incentivando sempre as restantes zonas onde se pratica Pólo Aquático. Para o efeito esperamos contar com uma maior cooperação e dinamização a nível das Associações Territoriais.

No âmbito da arbitragem de Pólo Aquático, a nível nacional, prevê-se para a próxima época colocar em prática os seguintes projetos:

- Condução de dois cursos de passagem a árbitro regional, sendo um deles para a zona Norte e outro para a zona Centro/Sul (realizar-se-ão se houver, atempadamente, informação das Associações Territoriais, relatórios e propostas das mesmas);



- Reunião anual de arbitragem com formação e reciclagem, preferencialmente conduzida por um preletor estrangeiro (privilegiando-se delegados LEN ou formadores da escola internacional de árbitros), antes do início da época desportiva;
- Utilização de equipamentos oficial, disponibilizados pelo patrocinador, uniformizando e dando credibilidade à imagem dos árbitros de Pólo Aquático;
- Continuar a apoiar e incentivar a realização de cursos elementares de arbitragem, com a responsabilidade da sua realização a ser delegada nos conselhos distritais/regionais, exclusivamente com formadores acreditados pela Bolsa de Formadores FPN, nos moldes padronizados e com fornecimento de meios materiais (vídeos de jogos, apresentações em PowerPoint, etc...) para os conselhos de arbitragem que o solicitem;
- Em conjunto com os Conselhos Regionais/Distritais de Arbitragem e com o departamento técnico da FPN, procuraremos efetuar ações de reciclagem/formação, usando, sempre que possível, os estágios das seleções como parte prática das reciclagens/formações de novos árbitros;
- Estabelecer um plano de formação, em conjunto com os Conselhos Regionais/Distritais e com o apoio dos clubes locais, que permita aumentar os quadros de arbitragem e dotar de qualidade o já existente, nomeadamente através de um maior acompanhamento na fase inicial de formação, promovendo ações de trabalho a efetuar junto dos clubes de Pólo Aquático (nomeadamente nos dias de jogos de treino com outras equipas);
- Criar as bases para uma correta evolução na carreira de árbitro, devidamente sustentada com os relatórios das competições regionais, a serem entregues pelos Conselhos Distritais/Regionais até ao final da época;
- A nível internacional, vamos continuar a apoiar a presença de árbitros nas diversas competições e ter o máximo de árbitros internacionais possível, quer na FINA, quer na LEN. Estas presenças serão devidamente



sustentadas pelos relatórios entregues pelos árbitros presentes em tais eventos;

- Implementação do quadro de delegados/avaliadores que não só avaliem as arbitragens como possam igualmente acompanhar os árbitros em formação e que pretendem subir de escalão, bem como os jogos mais importantes de cada categoria:
- Rever e corrigir o regulamento específico de arbitragem por forma a uniformizar os critérios de formação e clarificar os processos de evolução na carreira

As Competições Nacionais para a época desportiva 2013/2014 são as seguintes:

- Campeonato Nacional Sénior Masculino da 1.^a Divisão
- Campeonato Nacional Sénior Masculino da 2.^a Divisão
- Campeonato Nacional Sénior Feminino
- Taça de Portugal, Masculino e Feminino
- Campeonato Nacional Júnior Masculino e Feminino
- Campeonato Nacional Juvenil Masculino e Feminino
- Campeonato Nacional Infantil Masculino e Feminino
- Supertaça “Carlos Meinedo”, Masculino e Feminino

5. NATAÇÃO SINCRONIZADA

Durante o ano civil de 2014 estão previstas a realização de duas (2) competições:

- Campeonato Nacional de Inverno;
- Campeonato Nacional de Verão.

As equipas de arbitragem, em provas nacionais, serão constituídas por:

- 1 Árbitro à prova;
- 2 Juízes adjuntos;



- 3 Cronometristas;
- 15 Juízes pontuadores;
- 1 Chefe de secretaria/Anotador;
- 1 Locutor.

As Provas de Níveis têm regulamentação própria relativamente à composição do Júri, consoante o nível em avaliação, assim como orçamentação própria.

O Conselho Nacional de Arbitragem prevê colocar em prática os seguintes projetos para a Nataação Sincronizada:

- Criar e alargar o quadro nacional de juízes de Nataação Sincronizada, em todas as categorias;
- Atualizar e reforçar a formação dos juízes;
- Retomar o sistema de avaliação de desempenho dos juízes em situação de prova com um elemento do CNA e um árbitro nacional observador;
- Promover um trabalho efetivo de desenvolvimento de competências no plano da arbitragem assente em parcerias entre técnicos, juízes e clubes, com vista a evolução da disciplina;
- Apoiar a presença de árbitros em formações internacionais, *Synchro Schools*, com vista ao ingresso de árbitros portugueses nas listas LEN e FINA;
- Proporcionar a presença de árbitros na Taça COMEN de Nataação Sincronizada e noutras competições internacionais;
- Apoiar a dinamização dos cursos elementares nas diversas associações territoriais com a nomeação de formadores e fornecimento da documentação necessária para a realização dos mesmos;
- Aplicar o sistema informático próprio de apoio às competições;
- Promover e organizar 3 momentos de formação:
 - a) Curso Nacional de Arbitragem para árbitros da categoria Distrital;
 - b) FINA *Synchronised Swimming School*;



- c) 1 Ação de Reciclagem para todos os juizes pertencentes ao quadro nacional.

6. MASTERS

Durante o ano civil de 2014 estão previstas a realização de quatro (4) Competições / Provas:

- Campeonato Nacional de Inverno
- Campeonato Nacional de Águas Abertas de 1,5 Km
- Campeonato Nacional de Verão
- Campeonato Nacional de Águas Abertas de 3 km



VI. GABINETE DE COMUNICAÇÃO

Em 2014, o Gabinete de Comunicação e Marketing da Federação Portuguesa de Natação vai continuar a desenvolver a promoção e divulgação de notícias, eventos e serviç os da instituição para todos os segmentos da comunidade aquática e meios de comunicação social.

Face à crise no setor dos m dia, a aposta na comunicação direta com os nossos adeptos, atletas e restantes agentes desportivos ser  reforçada, continuando a FPN a privilegiar a produção de conteúdos próprios para divulgação via *website* e pelas redes sociais do Facebook, Twitter e Instagram.

O Gabinete de Comunicação e Marketing continuará a apostar numa forte componente multim dia com o claro objetivo de promover o produto natação, com a produção de reportagens fotográficas e de vídeo e a sua cedência aos meios de comunicação social para uma maior divulgação das atividades aquáticas.

Este gabinete contará com uma equipa recém-criada que será também responsável pela produção dos eventos organizados pela FPN, no que respeita à imagem das competições, numa tentativa de profissionalizar as provas da FPN aos olhos dos adeptos e dos patrocinadores.

Continuará a promover iniciativas de divulgação e promoção da natação, junto de novos públicos, bem como   criação de campanhas de marketing para a disseminação do produto natação junto de potenciais atletas.

Desenvolver  a promoção e divulgação de notícias, eventos e serviç os da instituição para todos os segmentos da comunidade aquática e meios de comunicação social.



O Gabinete de Comunicação da FPN vai continuar a manter uma colaboração regular com as revistas da FINA e da LEN, dando a conhecer a atividade desenvolvida em Portugal a todo o meio aquático.

VII. GABINETE JURÍDICO

No ano de 2014, o Gabinete Jurídico desenvolverá o seu trabalho normal de assistência diária a todos os sectores de atividade da FPN que requerem o seu parecer, não sendo possível verdadeiramente planear esta componente do seu trabalho – ainda que certamente a mais forte, e tendo vindo a crescer exponencialmente – porque a mesma não é, de todo, previsível.

Esta assistência diária incluirá ainda a instrução de processos disciplinares a submeter aos Conselhos de Disciplina e de Justiça, bem como o acompanhamento da execução das sanções aplicadas, a elaboração de propostas de resolução dos casos omissos nos diversos regulamentos, e o acompanhamento de processos de contencioso judicial que eventualmente venham a ser instaurados (não havendo nenhum pendente).



VIII. ORÇAMENTO PARA 2014



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO ORÇAMENTO 2014



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO ORÇAMENTO 2014

Gastos

Material desportivo

Taças, troféus e Medalhas	20,000.00
Equipamento desportivo	<u>2,500.00</u>

22,500.00

Fornecimentos e Serviços Externos

Trabalhos especializados	120,000.00
Publicidade	1,000.00
Honorários	75,000.00
Conservação e reparação	4,000.00
Serviços bancários	1,500.00
Materiais	10,000.00
Combustível	8,035.00
Deslocações e estadas	635,000.00
Rendas e alugueres	25,000.00
Comunicação	30,000.00
Seguros	7,500.00
Limpeza, higiene e conforto	1,000.00
Outros serviços	<u>4,000.00</u>

922,035.00

Gastos com Pessoal

Remunerações	282,630.00
Encargos sociais e outros	<u>61,312.00</u>

343,942.00

Gastos de depreciação e amortização

Ativos fixos tangíveis	<u>12,878.00</u>
------------------------	------------------

12,878.00

Outros gastos e perdas

Impostos	370.00
----------	--------

370.00

Quotizações

	400.00
--	--------

400.00

Apoios monetários concedidos

Associações regionais	258,058.00
Praticantes, treinadores e outros agentes desportivos	<u>238,155.00</u>

496,213.00

TOTAL GASTOS

1,798,338.00

Rendimentos

Proveitos Associativos

Quotizações de filiação e inscrições	
Associações regionais	1,650.00
Clubes	
Natação	26,054.00
Polo Aquático	36,488.00
Natação Sincronizada	2,200.00
Águas Abertas	2,106.00
Masters	16,140.00
Multas e protestos	<u>1,500.00</u>

86,138.00

Rendimentos Suplementares

Publicidade	40,000.00
Seguro desportivo	9,000.00
Formação	<u>25,000.00</u>

74,000.00

Subsídios recebidos

Estado e Outros Entes Públicos

IPDJ - DPD - Desenvolvimento da prática desportiva	800,800.00
IPDJ - AR - Alto Rendimento	372,680.00
IPDJ - ET - Enquadramento Técnico	141,050.00
IPDJ - Formação	45,000.00
IPDJ - Eventos	<u>55,000.00</u>

1,414,530.00

Outras entidades

COP - Preparação	90,000.00
COP - Bolsas Treinadores	25,920.00
COP - Projeto esperanças	50,000.00
COP - Apoio Complementar	2,000.00
COP - Solidariedade Olímpica	9,600.00

Autarquias

	4,000.00
--	----------

Outras entidades

	<u>2,000.00</u>
--	-----------------

183,520.00

Outros rendimentos

CAR- Rio Maior	23,650.00
Juros	1,500.00
Outros	<u>15,000.00</u>

40,150.00

TOTAL RENDIMENTOS

1,798,338.00

PARECER DO CONSELHO FISCAL

Exmos. Associados,

Nos termos da alínea b) do nº 2 ao artigo 53º dos ESTATUTOS da FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO, o Conselho Fiscal em exercício, em reunião realizada hoje, analisou o PLANO DE ACTIVIDADES E ORÇAMENTO relativo ao ano fiscal de 2014, que lhe foi entregue pela Direcção e a submeter à aprovação da Assembleia Geral.

Competindo ao Conselho Fiscal dar PARECER sobre aquele documento, nos termos dos Estatutos acima referidos, e depois de obter os esclarecimentos julgados necessários, e prestados pela Direcção e pelos Serviços, deliberou dar o seu PARECER FAVORÁVEL ao Plano apresentado.

Lisboa, 02 de Dezembro de 2013


José Soares Gomes da Silva


Pedro Manuel Ferreira da Rocha