



NATAÇÃO ADAPTADA 2023



ÍNDICE

| | |
|--|-----------|
| 1. INTRODUÇÃO | 4 |
| 2. REGIME DE ALTO RENDIMENTO | 5 |
| 2.1. CRITÉRIOS DE ACESSO | 5 |
| 2.2. REGISTO DOS PRATICANTES | 5 |
| 2.3. INSCRIÇÃO DOS PRATICANTES | 5 |
| 2.4. NÍVEIS DE INTEGRAÇÃO | 6 |
| 2.5. APOIO AOS PRATICANTES EM REGIME DE ALTO RENDIMENTO | 6 |
| 3. PROJECTO DE PREPARAÇÃO PARALÍMPICA E SURDOLÍMPICA | 7 |
| 3.1. ACESSO AO PROJETO DE PREPARAÇÃO PARALÍMPICA E ESPERANÇAS PARALÍMPICAS | 7 |
| 3.2. INTEGRAÇÃO NÍVEL APOIO À PREPARAÇÃO – ANO DE 2023 | 9 |
| 3.3. PLANO DE ATIVIDADES | 11 |
| 3.4. ACESSO AO PROJETO DE PREPARAÇÃO SURDOLÍMPICA | 11 |
| 4. PLANO DE ALTO RENDIMENTO | 10 |
| 4.1. SELEÇÃO NACIONAL PARALÍMPICA | 10 |
| 4.1.1. REGISTO NA BASE DE NADADORES DO WORLD PARA SWIMMING | 10 |
| 4.1.2. COMPETIÇÕES EM PORTUGAL HOMOLOGADAS NO WPS | 11 |
| 4.1.3. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES | 11 |
| 4.1.4. WORLD SERIES WPS 2023 | 12 |
| 4.1.5. MANCHESTER 2023 WORLD PARA SWIMMING CHAMPIONSHIPS | 12 |
| 4.2. SELEÇÃO NACIONAL SURDOLÍMPICA | 15 |
| 4.2.1. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES | 15 |
| 4.2.2. CAMPEONATO DO MUNDO ICSD BUENOS AIRES 2023 | 16 |
| 4.3. SELEÇÃO NACIONAL DSISO | 16 |
| 4.3.1. REGISTO NA BASE DE NADADORES DA DSISO | 17 |
| 4.3.2. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES | 17 |
| 4.3.3. CAMPEONATO DA EUROPA DE NATAÇÃO DSISO 2023 | 17 |
| 5. ELEGIBILIDADE DOS TÉCNICOS | 18 |
| 6. APOIO AOS TREINADORES COM PRATICANTES NO REGIME DE ALTO RENDIMENTO | 18 |
| 7. CONSIDERAÇÕES FINAIS | 18 |

Nota Prévia do Vice-presidente da FPN

Em primeiro lugar quero agradecer a todos que de alguma forma contribuíram para o desenvolvimento dos ciclos anteriores com particular relevo para os treinadores e nadadores integrados nos diferentes projetos. Relevante a forma empenhada como sempre estiveram e que permitiu alcançar muitos dos objetivos definidos e mesmo ultrapassá-los em alguns casos.

Anos algo difíceis, estes últimos, mas que nos tornou a todos mais fortes na capacidade de enfrentar as adversidades que sempre se afiguram num processo de criação, desenvolvimento e ação no âmbito das exigências que o alto rendimento impõe.

Os Jogos Paralímpicos Paris2024 e os Surdolímpicos 2025 serão o objetivo “major” para os nadadores integrantes. Até lá serão concebidos vários Planos de Alto Rendimento que se querem articulados entre si na gradação qualitativa da preparação e num trabalho a ser coordenado pela Direção Técnica Nacional. Com certeza teremos o mesmo empenhamento e a mesma entrega ao trabalho por parte dos principais protagonistas – os nadadores e os seus técnicos. Esperamos um contributo forte e assertivo, com o máximo sentido prático e concentrados no essencial.

A Natação para nadadores com Síndrome de Down continuará a fazer o seu caminho na procura da consolidação e se possível melhoria dos resultados a nível internacional. Num período de alguma indefinição sobre o futuro desta “classe”, pugnaremos para que definitivamente seja alcançado o objetivo de integração nos Jogos Paralímpicos, assim como contribuiremos para melhorar a capacidade de gestão de organismos internacionais que gerem a natação nesta área.

Eu suma: queremos mais e queremos melhor. Contribuímos de uma forma decisiva para a afirmação da Natação para Pessoas com Deficiência, credibilizando a sua exigência e fazendo sentir à sociedade que estas Pessoas não precisam de caridade, mas sim de oportunidades e que a equidade na complexidade da formulação socio-desportiva é uma obrigação que a todos compete.

Uma palavra final para os clubes e Associações Territoriais, os grandes obreiros da múltipla atividade anual e que dão corpo à consecução do verdadeiro sentido das coisas: criar e promover atividade para que seja possível fazer natação de rendimento e alto rendimento.

Continuar a criar a cultura da exigência e a cultura da ambição. É com estes dois parâmetros intrínsecos ao alto rendimento que devemos viver diariamente, construindo o desígnio do êxito individual e coletivo, a bem da FELICIDADE tão ambicionada por TODOS.

Rui Bettencourt Sardinha

1.INTRODUÇÃO

Este documento define as linhas orientadoras da disciplina de Natação Adaptada, relativamente ao sistema de Alto Rendimento Desportivo, nomeadamente no que se refere à atividade das Seleções Nacionais das diferentes categorias de deficiência.

Num ciclo paralímpico, mais curto que os anteriores, e no que toca à Seleção Nacional World Para Swimming queremos apoiar o Alto Rendimento e os praticantes integrados no Projeto de Preparação Paralímpica oferecendo condições com vista a conseguirem cumprir os objetivos definidos de forma a maximizar a presença nos Jogos já a pensar em Paris 2024.

De acordo com a formulação, o CPP delega na FPN a preparação dos nadadores e caberá à sua Direção Técnica a regulação dos Planos de Preparação desenvolvidos pelos treinadores com nadadores integrados. Os treinadores dos nadadores envolvidos são os responsáveis pelo plano individual e propõem quais as ações em que estas se enquadram no plano geral.

Para os nadadores integrados no Projeto de Preparação Surdolímpica este é o seu primeiro ano de um novo ciclo e por isso queremos garantir que os nadadores tenham todas as condições de preparação e possam representar Portugal ao mais alto nível.

Envolveremos esforços para continuar a solidificar o trabalho feito até aqui com a Seleção Nacional para Nadadores com Síndrome de Down mantendo uma estreita colaboração com os técnicos dos praticantes envolvidos num ano onde o Campeonato do Mundo será no nosso país.

Continuaremos a pugnar por um caminho de rigor e exigência, valorizando as Seleções Nacionais, acreditando na nossa capacidade para atingir as metas a que nos propomos. Naturalmente que este edifício do Alto Rendimento e Seleções Nacionais tem os seus alicerces nos Clubes e, mais concretamente, nos Praticantes, Treinadores e Dirigentes dos mesmos. Esperamos, como sempre tem acontecido, poder contar com todos de modo a sermos capazes de alcançar os exigentes objetivos propostos.

2. REGIME DE ALTO RENDIMENTO

Este sistema enquadra os praticantes que revelem capacidade de obtenção de prestações desportivas de excelência, no panorama desportivo internacional, tratando-se por isso dum sistema extremamente exigente e seletivo.

2.1. CRITÉRIOS DE ACESSO

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, 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.

2.2. REGISTO DOS PRATICANTES

Os praticantes desportivos de alto rendimento são inscritos no respetivo registo num de três níveis.

2.3. INSCRIÇÃO DOS PRATICANTES

A inscrição dos praticantes desportivos no respetivo registo processa-se da seguinte forma:

- O praticante realiza a classificação ou resultado que lhe permite a integração.
- **O treinador ou o Clube** no qual o praticante se encontra filiado envia a ficha do praticante desportivo de Alto Rendimento devidamente preenchida para a FPN.
- A FPN propõe o praticante ao Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), para validação do mesmo.
- Após validação por parte do IPDJ, este envia para a FPN o Contrato entre o praticante, o IPDJ, e a FPN.

- A FPN envia o contrato ao praticante, que deverá assinar e rubricar em todas as páginas, e reenvia à FPN, para esta devolver ao IPDJ.
- O IPDJ procede ao registo efetivo e emite a declaração de registo do praticante em Alto Rendimento.

2.4. NÍVEIS DE INTEGRAÇÃO

Nível A

- Tenham obtido classificação não inferior ao 8º lugar em Jogos Paralímpicos ou Surdolímpicos.
- Tenham obtido classificação não inferior ao 3º lugar no Campeonato do Mundo ou Campeonato da Europa desde que correspondam ao 1º terço da tabela no escalão absoluto.

Nível B

- Tenham obtido classificação entre 4º e 6º lugar em Campeonatos do Mundo ou Campeonatos da Europa, no escalão absoluto, desde que correspondam ao 1º terço da tabela no escalão absoluto.
- Tenham obtido classificação não inferior ao 3º lugar em Campeonatos do Mundo ou Campeonatos da Europa, no escalão imediatamente inferior ao absoluto, desde que correspondam ao 1º terço da tabela no escalão absoluto.
- Tenham obtido qualificação para os Jogos Paralímpicos ou Surdolímpicos.

Nível C

- Tenham obtido resultados desportivos que lhes permitam a integração no Programa de Preparação Paralímpica, Surdolímpica, Esperanças Paralímpicas e Surdolímpicas.

2.5. APOIO AOS PRATICANTES EM REGIME DE ALTO RENDIMENTO

São considerados os seguintes benefícios financeiros, para os nadadores ou respetivos clubes integrados no Regime de Alto Rendimento:

- Isenção de taxas de inscrição nas provas individuais dos Campeonatos Nacionais.
- Apoio à participação de nadadores em Regime de Alto Rendimento em Competições Internacionais mediante disponibilidade financeira.

3. PROJECTO DE PREPARAÇÃO PARALÍMPICA E SURDOLÍMPICA

3.1. ACESSO AO PROJETO DE PREPARAÇÃO PARALÍMPICA E ESPERANÇAS PARALÍMPICAS

Serão propostos para integrar o Projeto de Preparação Paralímpica os nadadores que consigam atingir o mínimo “MQS” de acordo com a tabela seguinte em competição homologada pelo World Para Swimming e após ter o estatuto de classificado a nível internacional.

Para o Projeto de Esperanças Paralímpicas serão propostos nadadores que consigam atingir o mínimo “MET” de acordo com a tabela seguinte em competição homologada pelo World Para Swimming e após ter o estatuto de classificado a nível internacional.

Minímos de Acesso

| Provas | Classe | Masculinos | | Femininos | |
|-------------|--------|------------|----------|-----------|----------|
| | | MQS | MET | MQS | MET |
| 50m Livres | S3 | 00:54.92 | 00:59.22 | N/A | N/A |
| | S4 | 00:40.63 | 00:43.24 | 00:44.50 | 00:49.93 |
| | S5 | 00:35.15 | 00:35.96 | N/A | N/A |
| | S6 | N/A | N/A | 00:35.69 | 00:37.63 |
| | S7 | 00:29.48 | 00:31.76 | N/A | N/A |
| | S8 | N/A | N/A | 00:33.03 | 00:34.48 |
| | S9 | 00:26.29 | 00:26.62 | N/A | N/A |
| | S10 | 00:25.49 | 00:25.72 | 00:28.88 | 00:29.41 |
| | S11 | 00:27.69 | 00:28.25 | 00:33.13 | 00:34.99 |
| 100m Livres | S13 | 00:24.96 | 00:25.34 | 00:28.57 | 00:29.07 |
| | S3 | N/A | N/A | 02:37.18 | 04:30.36 |
| | S4 | 01:33.79 | 01:38.42 | N/A | N/A |
| | S5 | 01:18.77 | 01:20.46 | 01:32.01 | 01:40.09 |
| | S6 | 01:09.34 | 01:11.35 | N/A | N/A |
| | S7 | N/A | N/A | 01:16.07 | 01:18.69 |
| | S8 | 01:00.72 | 01:01.61 | N/A | N/A |
| | S9 | N/A | N/A | 01:04.77 | 01:05.87 |
| | S10 | 00:55.75 | 00:56.30 | 01:03.43 | 01:04.43 |
| 200m Livres | S11 | N/A | N/A | 01:13.90 | 01:15.54 |
| | S12 | 00:56.97 | 00:58.29 | 01:05.79 | 01:08.42 |
| | S2 | 05:00.25 | 05:52.51 | N/A | N/A |
| 200m Livres | S3 | 04:10.92 | 04:39.21 | N/A | N/A |
| | S4 | 03:20.72 | 03:31.99 | N/A | N/A |

| | | | | | |
|---------------|------|----------|----------|----------|----------|
| | S5 | 02:56.38 | 03:02.47 | 03:29.29 | 04:02.64 |
| | S14 | 01:57.95 | 02:00.54 | 02:15.56 | 02:17.89 |
| 400m Livres | S6 | 05:27.37 | 05:31.35 | 05:54.31 | 06:01.73 |
| | S7 | 05:05.24 | 05:17.73 | 05:38.52 | 06:00.00 |
| | S8 | 04:43.89 | 04:51.00 | 05:21.86 | 05:44.21 |
| | S9 | 04:26.93 | 04:28.23 | 04:56.28 | 05:05.75 |
| | S10 | N/A | N/A | 04:58.86 | 05:02.46 |
| | S11 | 05:04.43 | 05:22.96 | 05:50.35 | 07:44.46 |
| | S13 | 04:31.59 | 04:37.10 | 04:58.07 | 05:44.28 |
| 50m Costas | S1 | 01:53.32 | 01:53.32 | N/A | N/A |
| | S2 | 01:09.31 | 01:30.58 | 01:55.28 | 01:55.28 |
| | S3 | 00:56.99 | 01:00.49 | 01:13.49 | 02:09.11 |
| | S4 | 00:49.22 | 00:52.01 | 00:54.97 | 01:02.11 |
| | S5 | 00:39.38 | 00:41.79 | 00:48.96 | 00:53.88 |
| 100m Costas | S1 | 04:05.98 | 04:05.98 | N/A | N/A |
| | S2 | 02:28.15 | 03:16.21 | 03:54.95 | 03:54.95 |
| | S6 | 01:21.53 | 01:23.70 | 01:30.43 | 01:35.53 |
| | S7 | 01:15.74 | 01:20.26 | N/A | N/A |
| | S8 | 01:10.91 | 01:14.35 | 01:24.91 | 01:27.32 |
| | S9 | 01:06.30 | 01:07.60 | 01:16.48 | 01:19.85 |
| | S10 | 01:04.00 | 01:05.79 | 01:14.43 | 01:16.22 |
| | S11 | 01:12.94 | 01:15.63 | 01:24.68 | 01:30.38 |
| | S12 | 01:09.02 | 01:13.72 | 01:20.50 | 01:28.73 |
| | S13 | 01:03.28 | 01:06.22 | 01:12.66 | 01:17.17 |
| 50m Bruços | S14 | 01:02.06 | 01:03.07 | 01:12.27 | 01:13.93 |
| | SB2 | 01:24.25 | 01:42.78 | N/A | N/A |
| 100m Bruços | SB3 | 00:55.77 | 00:58.06 | 01:07.05 | 01:10.97 |
| | SB4 | 01:56.83 | 02:00.75 | 02:20.91 | 02:51.00 |
| | SB5 | 01:42.49 | 01:46.05 | 02:01.79 | 02:11.48 |
| | SB6 | 01:25.36 | 01:27.84 | 01:42.59 | 01:50.45 |
| | SB7 | N/A | N/A | 01:43.34 | 01:47.16 |
| | SB8 | 01:14.84 | 01:18.71 | 01:28.79 | 01:31.61 |
| | SB9 | 01:12.19 | 01:14.06 | 01:22.51 | 01:25.25 |
| | SB11 | 01:24.11 | 01:28.09 | 01:34.52 | 01:45.81 |
| | SB12 | N/A | N/A | 01:29.41 | 01:38.06 |
| | SB13 | 01:11.90 | 01:17.13 | 01:23.39 | 01:27.57 |
| 50m Mariposa | SB14 | 01:08.69 | 01:10.03 | 01:23.30 | 01:25.29 |
| | S5 | 00:37.61 | 00:38.77 | 00:51.52 | 00:57.92 |
| | S6 | 00:33.22 | 00:34.46 | 00:40.20 | 00:40.96 |
| 100m Mariposa | S7 | 00:32.50 | 00:34.08 | 00:38.23 | 00:40.45 |
| | S8 | 01:05.27 | 01:07.01 | 01:26.93 | 01:34.00 |
| | S9 | 01:02.53 | 01:03.48 | 01:12.53 | 01:14.85 |
| | S10 | 00:59.48 | 01:01.71 | 01:13.42 | 01:19.75 |
| | S11 | 01:10.30 | 01:17.12 | N/A | N/A |
| | S12 | 01:01.95 | 01:04.21 | N/A | N/A |
| | S13 | 01:00.04 | 01:02.12 | 01:12.61 | 01:17.25 |
| | S14 | 00:58.32 | 00:58.74 | 01:10.45 | 01:11.70 |

| | | | | | |
|--------------|------|----------|----------|----------|----------|
| 150m Estilos | SM3 | 03:44.30 | 04:42.88 | N/A | N/A |
| | SM4 | 02:50.06 | 02:59.45 | 03:08.62 | 03:42.83 |
| 200m Estilos | SM5 | N/A | N/A | 04:47.34 | 05:15.98 |
| | SM6 | 02:55.12 | 03:06.56 | 03:15.14 | 03:28.28 |
| | SM7 | 02:45.82 | 02:54.49 | 03:12.14 | 03:32.77 |
| | SM8 | 02:31.87 | 02:39.65 | 03:03.77 | 03:12.83 |
| | SM9 | 02:24.20 | 02:25.74 | 02:40.96 | 02:46.65 |
| | SM10 | 02:23.17 | 02:25.37 | 02:40.02 | 02:45.38 |
| | SM11 | 02:40.33 | 02:49.86 | 03:03.89 | 03:15.69 |
| | SM13 | 02:19.54 | 02:22.95 | 02:39.83 | 02:44.50 |
| | SM14 | 02:14.06 | 02:16.61 | 02:36.45 | 02:38.42 |

3.2. INTEGRAÇÃO NÍVEL APOIO À PREPARAÇÃO – ANO DE 2023

Para além dos critérios anteriormente apresentados e **somente para o ano de 2023**, a FPN irá propor para integração no nível de apoio à preparação, os nadadores com o seu estatuto de classificação internacional confirmado e que obtenham um dos tempos da tabela abaixo em competições homologadas pelo World Para Swimming.

Tempos de Acesso

| Provas | Classe | Masculinos | Femininos |
|-------------|--------|-----------------|-----------------|
| | | Tempo de Acesso | Tempo de Acesso |
| 50m Livres | S3 | 00:55,74 | N/A |
| | S4 | 00:41,24 | 00:45,17 |
| | S5 | 00:35,68 | N/A |
| | S6 | N/A | 00:36,23 |
| | S7 | 00:29,92 | N/A |
| | S8 | N/A | 00:33,53 |
| | S9 | 00:26,68 | N/A |
| | S10 | 00:25,87 | 00:29,31 |
| | S11 | 00:28,11 | 00:33,63 |
| | S13 | 00:25,33 | 00:29,00 |
| 100m Livres | S3 | N/A | 02:39,54 |
| | S4 | 01:35,20 | N/A |
| | S5 | 01:19,95 | 01:33,39 |
| | S6 | 01:10,38 | N/A |
| | S7 | N/A | 01:17,21 |
| | S8 | 01:01,63 | N/A |
| | S9 | N/A | 01:05,74 |
| | S10 | 00:56,59 | 01:04,38 |
| | S11 | N/A | 01:15,01 |

| | | | |
|---------------------|----------|----------|----------|
| | S12 | 00:57,82 | 01:06,78 |
| 200m Livres | S2 | 05:04,75 | N/A |
| | S3 | 04:14,68 | N/A |
| | S4 | 03:23,73 | N/A |
| | S5 | 02:59,03 | 03:32,43 |
| | S14 | 01:59,72 | 02:17,59 |
| 400m Livres | S6 | 05:32,28 | 05:59,62 |
| | S7 | 05:09,82 | 05:43,60 |
| | S8 | 04:48,15 | 05:26,69 |
| | S9 | 04:30,93 | 05:00,72 |
| | S10 | N/A | 05:03,34 |
| | S11 | 05:09,00 | 05:55,61 |
| | S13 | 04:35,66 | 05:02,54 |
| 50m Costas | S1 | 01:55,02 | N/A |
| | S2 | 01:10,35 | 01:57,01 |
| | S3 | 01:00,89 | 01:14,59 |
| | S4 | 00:49,96 | 00:55,79 |
| | S5 | 00:39,97 | 00:49,69 |
| 100m Costas | S1 | 04:09,67 | N/A |
| | S2 | 02:30,37 | 03:58,47 |
| | S6 | 01:22,75 | 01:31,79 |
| | S7 | 01:16,88 | N/A |
| | S8 | 01:11,97 | 01:26,18 |
| | S9 | 01:07,29 | 01:17,63 |
| | S10 | 01:04,96 | 01:15,55 |
| | S11 | 01:14,03 | 01:25,95 |
| | S12 | 01:10,06 | 01:21,71 |
| | S13 | 01:04,23 | 01:13,75 |
| S14 | 01:02,99 | 01:13,35 | |
| 50m Bruços | SB2 | 01:25,51 | N/A |
| | SB3 | 00:56,61 | 01:08,06 |
| 100m Bruços | SB4 | 01:58,58 | 02:23,02 |
| | SB5 | 01:44,03 | 02:03,62 |
| | SB6 | 01:26,64 | 01:44,13 |
| | SB7 | N/A | 01:44,89 |
| | SB8 | 01:15,96 | 01:30,12 |
| | SB9 | 01:13,27 | 01:23,75 |
| | SB11 | 01:25,37 | 01:35,94 |
| | SB12 | N/A | 01:30,75 |
| | SB13 | 01:12,98 | 01:24,64 |
| SB14 | 01:09,72 | 01:24,55 | |
| 50m Mariposa | S5 | 00:38,17 | 00:52,29 |
| | S6 | 00:33,72 | 00:40,80 |

| | | | | |
|----------------------|---------------------|----------|----------|----------|
| | S7 | 00:32,99 | | 00:38,80 |
| 100m Mariposa | S8 | 01:06,25 | | 01:28,23 |
| | S9 | 01:03,47 | | 01:13,62 |
| | S10 | 01:00,37 | | 01:14,52 |
| | S11 | 01:11,35 | | N/A |
| | S12 | 01:02,88 | | N/A |
| | S13 | 01:00,94 | | 01:13,70 |
| | S14 | 00:59,19 | | 01:11,51 |
| | 150m Estilos | SM3 | 03:47,66 | |
| SM4 | | 02:52,61 | | 03:11,45 |
| 200m Estilos | SM5 | N/A | | 04:51,65 |
| | SM6 | 02:57,75 | | 03:18,07 |
| | SM7 | 02:48,31 | | 03:15,02 |
| | SM8 | 02:34,15 | | 03:06,53 |
| | SM9 | 02:26,36 | | 02:43,37 |
| | SM10 | 02:25,32 | | 02:42,42 |
| | SM11 | 02:42,73 | | 03:06,65 |
| | SM13 | 02:21,63 | | 02:42,23 |
| | SM14 | 02:16,07 | | 02:38,80 |

3.3. PLANO DE ATIVIDADES

Os treinadores integrados neste projeto deverão entregar até dia 30 de setembro a proposta de plano de atividades para o ano de 2023, cabendo à FPN a elaboração da proposta de orçamentação do mesmo.

3.4. ACESSO AO PROJETO DE PREPARAÇÃO SURDOLÍMPICA

Após assinatura do novo regulamento tendo em vista os Jogos Surdolímpicos 2025 serão atualizados os critérios de acesso ao mesmo.

4. PLANO DE ALTO RENDIMENTO

No presente documento estão definidos os critérios referenciais de seleção para as competições onde a FPN irá participar, em representação nacional, com abrangência a todas as categorias de deficiência.

Para além dos critérios definidos, em situações de carácter excecional relacionadas com o desempenho dos praticantes em cada momento específico, as características intrínsecas a cada competição, o percurso recente aliado às perspetivas de evolução bem como à postura revelada pelos praticantes, poderá a Direção Técnica Nacional ampliar ou restringir os critérios definidos neste documento.

Para cada uma das atividades previstas, compete à FPN avaliar e selecionar os praticantes a integrar, tendo como base os referenciais mencionados e os critérios específicos de acesso a cada atividade. Os critérios de acesso a cada atividade estão perfeitamente balizados, de modo a que todos os potenciais candidatos possam planear a sua preparação focada na obtenção dos objetivos desportivos definidos pela FPN.

Em função das necessidades individuais dos praticantes que revelem prestações desportivas de elevado nível, existe abertura para ajustar e complementar este plano com base em propostas bem definidas e justificadas, efetuadas atempadamente e numa lógica que não desvirtue a estrutura apresentada.

Naturalmente que esta disponibilidade estará sempre condicionada pela possibilidade de enquadramento económico-financeiro e pelo retorno espectável das mesmas, sendo alvo de análise caso a caso e em cada momento temporal.

4.1. SELEÇÃO NACIONAL PARALÍMPICA

4.1.1. REGISTO NA BASE DE NADADORES DO WORLD PARA SWIMMING

Em 2023 serão inscritos na base de nadadores do World Para Swimming os seguintes:

- Nadadores que estiveram presentes no Campeonato do Mundo de Natação Adaptada Madeira 2022 e participaram em provas que constam do programa paralímpico Paris 2024.
- Outros nadadores serão inscritos, mediante solicitação do clube, após conseguirem um mínimo de qualificação para o Campeonato do Mundo de Natação Adaptada Manchester 2023, em competição homologada pela FPN, e parecer favorável do gabinete de classificação (se os praticantes não forem classificados internacionalmente).

Exceção a isto serão os casos de nadadores que precisam de ver a sua classificação desportiva internacional reavaliada ou aqueles que, por iniciativa dos clubes, irão participar num processo de classificação internacional.

4.1.2. COMPETIÇÕES EM PORTUGAL HOMOLOGADAS NO WPS

Para efeitos de obtenção de mínimos de qualificação serão consideradas quaisquer competições internacionais que os nadadores participem dentro do período temporal elegível desde que homologadas pelo World Para Swimming e a nível nacional serão homologadas as seguintes competições:

1. Campeonato Nacional de Inverno de Natação Adaptada – 17/12 – Rio Maior
2. Troféu FCP “A mesma ambição” – 26/02 – Porto
3. Campeonato Nacional de Absolutos – 30/03 a 02/04 – Funchal*
4. VIII Torneio de Natação Adaptada Cidade do Porto – 15 e 16/04 – Campanhã
5. Campeonato Nacional de Verão de Natação Adaptada – 20 e 21/05 – Vila Franca de Xira

* *Os nadadores com deficiência poderão integrar os Campeonatos Nacionais de Natação Pura Desportiva, por convite, tendo em conta as seguintes premissas:*

- *Tenham obtido mínimos para os Jogos Paralímpicos / Surdolímpicos.*
- *Nadadores com referências próximas destes mínimos.*
- *Outras situações a analisar.*

4.1.3. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES

O calendário de atividades de âmbito nacional e internacional para 2023, da Seleção Nacional World Para Swimming, é apresentado no quadro seguinte.

| AÇÃO | Categoria | Data | Local |
|--|---------------------|---------------|-------------------------------|
| C. Nacional de Inverno de Natação Adaptada | World Para Swimming | 17/12 | Rio Maior, Portugal |
| World Para Series Lignano Sabbiadoro* | World Para Swimming | 9 a 12/03 | Lignano Sabbiadoro, Itália |
| World Para Series Sheffield | World Para Swimming | 16 a 19/03 | Sheffield, Grã-Bretanha |
| C. Nacional de Verão de Natação Adaptada | World Para Swimming | 20 e 21/05 | Vila Franca de Xira, Portugal |
| World Para Series Limoges | World Para Swimming | 26 a 28/05 | Limoges, França |
| Campeonato do Mundo WPS Manchester 2023 | World Para Swimming | 31/07 a 06/08 | Manchester, Reino Unido |

4.1.4. WORLD SERIES WPS 2023

Serão convocados os nadadores que integrem o Projeto de Preparação Paralímpica Paris 2024 e o Projecto Esperanças Paralímpicas a 08/01/2023 desde que a Direção Técnica Nacional determine que os mesmos estão em condições de participar.

Para além destes poderão ser selecionados nadadores que a Direção Técnica Nacional considere que reunirem condição desportiva para serem selecionados.

4.1.5. MANCHESTER 2023 WORLD PARA SWIMMING CHAMPIONSHIPS

1. Condições de Participação

- O Mundial destina-se às categorias de deficiência motora, paralisia cerebral, visual e intelectual.
- O praticante tem que estar filiado na FPN para a presente época e ter uma licença ativa do World Para Swimming para o ano de 2023.
- No que toca à sua classificação desportiva, o praticante tem que ter um estatuto “*review em 2024 ou após*” ou “*confirmed*” certificado pelo World Para Swimming.

2. Elegibilidade dos Praticantes

- São elegíveis para este evento os praticantes que cumpram as condições de participação anteriormente mencionadas e tenham obtido obrigatoriamente um mínimo de qualificação, de acordo com a tabela no ponto 3, numa competição homologada pelo World Para Swimming, em piscina de 50 metros, entre 17 de dezembro de 2022 e 21 de maio de 2023.

3. Critérios de Seleção

Serão selecionados os nadadores que cumpram os seguintes critérios:

- 1) Nadadores que, à data da convocatória – 21/05/2023– tenham obtido uma marca MQS da tabela seguinte.

Minímos de Acesso

| Provas | Classe | Masculinos | | Femininos | |
|-------------|--------|------------|----------|-----------|----------|
| | | MQS | MET | MQS | MET |
| 50m Livres | S3 | 00:58.81 | 01:02.20 | 02:09.42 | 02:09.42 |
| | S4 | 00:42.84 | 00:45.76 | 00:47.53 | 01:00.23 |
| | S5 | 00:35.91 | 00:36.33 | 00:45.07 | 00:49.13 |
| | S6 | 00:32.16 | 00:32.64 | 00:37.13 | 00:38.69 |
| | S7 | 00:31.58 | 00:32.86 | 00:36.55 | 00:37.19 |
| | S8 | 00:28.18 | 00:29.39 | 00:34.36 | 00:34.85 |
| | S9 | 00:26.56 | 00:26.75 | 00:30.74 | 00:31.08 |
| | S10 | 00:25.64 | 00:26.16 | 00:29.17 | 00:29.96 |
| | S11 | 00:28.18 | 00:28.83 | 00:34.47 | 00:36.35 |
| | S12 | 00:26.30 | 00:27.77 | 00:30.83 | 00:32.29 |
| 100m Livres | S3 | 02:17.14 | 02:37.31 | 04:05.26 | 04:30.36 |
| | S4 | 01:38.03 | 01:41.52 | 01:54.90 | 02:12.97 |
| | S5 | 01:20.09 | 01:25.74 | 01:36.84 | 01:49.03 |
| | S6 | 01:11.21 | 01:13.12 | 01:23.34 | 01:25.14 |
| | S7 | 01:08.16 | 01:10.01 | 01:18.11 | 01:19.88 |
| | S8 | 01:01.47 | 01:02.34 | 01:13.03 | 01:15.25 |
| | S9 | 00:57.81 | 00:58.41 | 01:05.61 | 01:06.41 |
| | S10 | 00:56.23 | 00:56.93 | 01:04.27 | 01:04.83 |
| | S11 | 01:03.43 | 01:04.93 | 01:15.05 | 01:20.26 |
| | S12 | 00:57.89 | 00:59.63 | 01:07.74 | 01:10.43 |
| 200m Livres | S1 | 07:18.80 | 07:18.80 | N/A | N/A |
| | S2 | 05:08.94 | 05:08.94 | 06:58.40 | 06:58.40 |

| | | | | | |
|---------------|------|----------|----------|----------|----------|
| | S3 | 04:31.37 | 05:20.25 | 06:58.40 | 06:58.40 |
| | S4 | 03:29.70 | 04:06.16 | 05:56.01 | 05:56.01 |
| | S5 | 03:01.72 | 03:15.33 | 03:55.34 | 04:21.84 |
| | S14 | 02:00.14 | 02:01.52 | 02:17.32 | 02:19.31 |
| 400m Livres | S6 | 05:30.60 | 05:38.71 | 05:59.45 | 06:26.86 |
| | S7 | 05:16.80 | 05:21.50 | 05:57.04 | 06:09.02 |
| | S8 | 04:49.44 | 04:55.33 | 05:40.06 | 05:57.69 |
| | S9 | 04:27.91 | 04:33.39 | 05:03.59 | 05:10.93 |
| | S10 | 04:27.45 | 04:35.15 | 05:01.69 | 05:08.62 |
| | S11 | 05:20.48 | 05:41.91 | 06:55.54 | 09:09.42 |
| | S13 | 04:35.99 | 04:41.71 | 05:33.56 | 05:48.56 |
| 50m Costas | S1 | 01:49.57 | 01:49.57 | N/A | N/A |
| | S2 | 01:26.62 | 01:57.65 | 01:56.35 | 02:09.11 |
| | S3 | 00:59.72 | 01:05.66 | 01:56.35 | 02:09.11 |
| | S4 | 00:51.40 | 00:56.99 | 01:00.48 | 01:07.42 |
| | S5 | 00:41.35 | 00:42.75 | 00:52.66 | 01:00.74 |
| 100m Costas | S1 | 03:49.23 | 03:49.23 | N/A | N/A |
| | S2 | 02:25.44 | 02:25.44 | 03:54.95 | 03:54.95 |
| | S6 | 01:23.11 | 01:24.99 | 01:34.75 | 01:37.24 |
| | S7 | 01:19.59 | 01:21.63 | 01:33.91 | 01:37.64 |
| | S8 | 01:13.45 | 01:15.70 | 01:26.45 | 01:28.75 |
| | S9 | 01:07.24 | 01:08.73 | 01:19.31 | 01:20.24 |
| | S10 | 01:05.65 | 01:06.99 | 01:15.68 | 01:17.25 |
| | S11 | 01:14.98 | 01:17.89 | 01:28.26 | 01:40.81 |
| | S12 | 01:12.78 | 01:18.62 | 01:25.56 | 01:33.49 |
| | S13 | 01:05.78 | 01:08.19 | 01:15.88 | 01:21.62 |
| | S14 | 01:02.92 | 01:03.91 | 01:13.61 | 01:14.79 |
| 50m Bruços | SB2 | 01:35.54 | 02:00.28 | 02:22.25 | 02:22.25 |
| | SB3 | 00:57.74 | 01:02.06 | 01:09.06 | 01:17.87 |
| 100m Bruços | SB4 | 01:59.79 | 02:05.19 | 02:46.15 | 03:36.29 |
| | SB5 | 01:44.82 | 01:49.19 | 02:09.52 | 02:16.30 |
| | SB6 | 01:27.68 | 01:32.90 | 01:49.44 | 01:54.20 |
| | SB7 | 01:32.85 | 01:39.67 | 01:46.14 | 01:54.42 |
| | SB8 | 01:18.11 | 01:21.21 | 01:30.86 | 01:34.84 |
| | SB9 | 01:13.48 | 01:15.33 | 01:24.97 | 01:26.12 |
| | SB11 | 01:26.91 | 01:30.34 | 01:42.44 | 02:25.41 |
| | SB12 | 01:22.49 | 01:30.76 | 01:35.20 | 01:40.56 |
| | SB13 | 01:15.61 | 01:20.15 | 01:26.60 | 01:33.45 |
| | SB14 | 01:09.63 | 01:11.09 | 01:24.90 | 01:26.51 |
| 50m Mariposa | S5 | 00:38.62 | 00:40.17 | 00:56.15 | 01:01.97 |
| | S6 | 00:34.27 | 00:35.98 | 00:40.77 | 00:42.30 |
| | S7 | 00:33.82 | 00:36.67 | 00:39.92 | 00:41.83 |
| 100m Mariposa | S8 | 01:06.52 | 01:09.59 | 01:30.63 | 01:46.39 |
| | S9 | 01:03.14 | 01:04.06 | 01:14.48 | 01:16.65 |

| | | | | | |
|--------------|------|----------|----------|----------|----------|
| | S10 | 01:01.33 | 01:03.22 | 01:19.42 | 01:21.54 |
| | S11 | 01:15.21 | 01:22.73 | N/A | N/A |
| | S12 | 01:03.14 | 01:09.78 | 01:22.58 | 01:22.58 |
| | S13 | 01:01.53 | 01:03.69 | 01:16.08 | 01:31.07 |
| | S14 | 00:58.59 | 00:59.60 | 01:11.46 | 01:12.21 |
| 150m Estilos | SM3 | 04:28.36 | 04:46.62 | 06:08.85 | 06:08.85 |
| | SM4 | 02:56.84 | 03:20.55 | 03:37.23 | 04:08.57 |
| 200m Estilos | SM5 | 03:47.63 | 04:17.23 | 05:15.98 | 05:15.98 |
| | SM6 | 03:04.31 | 03:11.07 | 03:25.86 | 03:38.43 |
| | SM7 | 02:52.60 | 03:05.20 | 03:27.10 | 03:37.00 |
| | SM8 | 02:37.82 | 02:43.94 | 03:10.39 | 03:18.92 |
| | SM9 | 02:25.23 | 02:28.93 | 02:45.20 | 02:49.91 |
| | SM10 | 02:24.98 | 02:27.65 | 02:44.86 | 02:49.52 |
| | SM11 | 02:48.20 | 02:53.60 | 03:11.67 | 03:54.36 |
| | SM13 | 02:21.98 | 02:26.94 | 02:42.80 | 02:51.96 |
| | SM14 | 02:16.29 | 02:17.91 | 02:37.98 | 02:40.14 |

4.2. SELEÇÃO NACIONAL SURDOLÍMPICA

Os critérios de integração de nadadores no plano de preparação da Seleção Nacional Surdolímpica estarão associados aos seguintes referenciais:

- Marcas de acesso ao nível Surdolímpico.
- Registo no Regime de Alto Rendimento.
- Previsibilidade de seleção para provas individuais nos Campeonatos do Mundo e da Europa.
- Aceitação e cumprimento dos direitos e deveres inerentes a um praticante no Regime de Alto Rendimento.
- Disponibilidade no cumprimento total do plano.
- Postura desportiva e social condizente com a responsabilidade de representar Portugal.

4.2.1. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES

O calendário de atividades de âmbito nacional e internacional para 2023, da Seleção Nacional Surdolímpica está apresentado no quadro seguinte.

| AÇÃO | Categoria | Data | Local |
|--|------------------|-------------|-------------------------------|
| C. Nacional de Inverno de Natação Adaptada | Surdolímpicos | 17/12 | Rio Maior, Portugal |
| C. Nacional de Verão de Natação Adaptada | Surdolímpicos | 20 e 21/05 | Vila Franca de Xira, Portugal |
| Campeonato do Mundo ICSD | Surdolímpicos | 13 a 19/08 | Buenos Aires, Argentina |

4.2.2. CAMPEONATO DO MUNDO ICSD BUENOS AIRES 2023

1. Condições de Participação

- Este Mundial destina-se exclusivamente à categoria de deficiência auditiva.
- O praticante tem que estar filiado na FPN para a presente época.

2. Critérios de Seleção

Serão selecionados para esta competição os nadadores que, a 30/04/2023 integrem o Projeto de Preparação Surdolímpica 2025.

Para além destes poderão ser selecionados nadadores que a Direção Técnica Nacional considere que reunirem condição desportiva para serem selecionados.

4.3. SELEÇÃO NACIONAL DSISO

Os critérios de integração de nadadores no plano de preparação da Seleção Nacional DSISO estarão associados aos seguintes referenciais:

- Previsibilidade de seleção para provas individuais nos Campeonatos do Mundo e da Europa.
- Registo no Regime de Alto Rendimento.
- Aceitação e cumprimento dos direitos e deveres inerentes a um praticante no Regime de Alto Rendimento.
- Disponibilidade no cumprimento total do plano.
- Postura desportiva e social condizente com a responsabilidade de representar Portugal.

4.3.1. REGISTO NA BASE DE NADADORES DA DSISO

Serão inscritos/renovados na base de nadadores da DSISO todos os nadadores que sejam convocados para o Campeonato da Europa 2023.

4.3.2. CALENDÁRIO DE ATIVIDADES

O calendário de atividades de âmbito nacional e internacional para 2023, da Seleção Nacional DSISO, está apresentado no quadro seguinte.

| AÇÃO | Categoria | Data | Local |
|--|------------------|---------------|-------------------------------|
| C. Nacional de Inverno de Natação Adaptada | DSISO | 17/12 | Rio Maior, Portugal |
| C. Nacional de Verão de Natação Adaptada | DSISO | 20 e 21/05 | Vila Franca de Xira, Portugal |
| Estágio final | DSISO | 31/08 a 02/09 | Rio Maior, Portugal |
| Campeonato da Europa de Natação DSISO | DSISO | 03 a 10/09 | Pádua, Itália |

4.3.3. CAMPEONATO DA EUROPA DE NATAÇÃO DSISO 2023

1. Condições de Participação

- Este Campeonato do Mundo destina-se exclusivamente à categoria de deficiência intelectual – síndrome de down.
- O praticante tem que estar filiado na FPN para a presente época e ter uma licença ativa na DSISO.

2. Elegibilidade dos Praticantes

- São elegíveis para este evento os praticantes que tenham obtido obrigatoriamente um mínimo de qualificação, de acordo com a tabela a publicar pela DSISO, numa competição homologada pela FPN, com cronometragem eletrónica, em piscina de 50 metros, entre 1 de outubro de 2022 e 31 de maio de 2023.

3. Critérios de Seleção

Serão selecionados para esta competição até 10 nadadores, com o menor valor da soma da diferença percentual relativa ao recorde do mundo de cada uma das duas melhores provas (tabela vigente a 31/12/2022).

Para além destes poderão ser selecionados nadadores que a Direção Técnica Nacional considere que reunirem condição desportiva para serem selecionados tendo em conta o interesse nacional desta Seleção.

5. ELEGIBILIDADE DOS TÉCNICOS

O acompanhamento das seleções nacionais será feito pelos técnicos da Federação Portuguesa de Natação. O convite a outros técnicos com atletas integrados na seleção será feito, sempre que se justificar, de acordo com o interesse da seleção, por convite expresso da Federação Portuguesa de Natação.

6. APOIO AOS TREINADORES COM PRATICANTES NO REGIME DE ALTO RENDIMENTO

Todos os treinadores com praticantes em RAR terão direito a condições especiais na inscrição em todas as ações de formação organizadas pela FPN, com exceção dos cursos de formação de treinadores.

7. CONSIDERAÇÕES FINAIS

A FPN para além de preocupações de natureza desportiva entende a importância de condutas de excelência como algo que deve nortear a presença de nadadores nas Seleções Nacionais, e o exemplo que dão à sociedade desportiva em geral, e aos jovens nadadores em particular.

Representar Portugal deverá ser sempre um motivo de orgulho, acima de qualquer interesse particular. Desse modo, todo e qualquer impedimento para cumprir alguma das atividades englobadas neste plano deve ser alvo de comunicação atempada ao Departamento Técnico da FPN, na qual constem os motivos desse impedimento. Do

cumprimento desta informação aliado à pertinência dos motivos apontados dependerá a continuidade de integração dos praticantes em futuras ações.

Terminamos com os votos de um excelente ano de trabalho que conduza a disciplina à obtenção de resultados desportivos de excelência.
