



PLANO DE ATIVIDADES E ORÇAMENTO 2019



ÍNDICE

INTRODUÇÃO	5
ATIVIDADE DESPORTIVA.....	6
1. NATAÇÃO PURA	6
1.1. Objetivos Específicos	6
1.2. Escalões Etários.....	7
1.3. Organização dos Quadros Competitivos	7
1.3.1 Quadro Competitivo Regional	8
1.3.2 Quadro Competitivo Nacional	8
1.3.3 Quadro Competitivo Internacional.....	9
1.3.4 Quadro de Concentrações e Estágios.....	11
2. ÁGUAS ABERTAS	12
2.1. Objetivos Específicos	12
2.2. Escalões Etários.....	12
2.3. Organização dos Quadros Competitivos	13
2.3.1 Quadro Competitivo Regional	13
2.3.2 Quadro Competitivo Nacional	13
2.3.3 Quadro Competitivo Internacional.....	13
2.3.4 Quadro de Concentrações e Estágios.....	14
3. PÓLO AQUÁTICO	15
3.1. Objetivos Específicos	15
3.2. Escalões Etários.....	15
3.3. Organização dos Quadros Competitivos	16
3.3.1 Quadro Competitivo Regional	16
3.3.2 Quadro Competitivo Nacional	16
3.3.3 Quadro Competitivo Internacional.....	17
3.4. Seleções Nacionais	18
3.4.1 Calendarização	18
4. NATAÇÃO ARTÍSTICA.....	19
4.1. Objetivos Específicos	19
4.2. Escalões Etários.....	20



4.3. Organização dos Quadros Competitivos	21
4.3.1 Quadro Competitivo Regional	21
4.3.2 Quadro Competitivo Nacional	21
4.4. Seleções Nacionais	22
4.4.1 Quadro Competitivo Internacional	22
4.4.2 Estágios	23
5. MASTERS	25
5.1. Objetivos Específicos	25
5.2. Escalões Etários	25
5.3. Organização do Quadro Competitivo Nacional	26
6. NATAÇÃO ADAPTADA	28
6.1. Objetivos Específicos	28
6.2. Categorias de Deficiência & Classes Desportivas	29
6.3. Organização dos Quadros Competitivos	29
6.3.1 Quadro Competitivo Nacional	29
6.3.2 Quadro Competitivo Internacional	30
7. Saltos para a Água	32
7.1. Objetivos Específicos	32
7.1.1 Clubes e Atletas	32
7.1.2 Treinadores	32
7.1.3 Juízes	32
7.2 Quadro Competitivo	33
8 PROGRAMAS DE DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO	34
8.1 Objetivos	34
8.2 Calendarização	35
FORMAÇÃO DE RECURSOS HUMANOS	36
1. Objetivos específicos	36
2. Estratégias	37
3. Calendarização	38
CONSELHO NACIONAL DE ARBITRAGEM	40
1. Objetivos	40
2. Natação pura	41
3. Águas abertas	41



4. PÓLO AQUÁTICO	41
5. NATAÇÃO ARTÍSTICA	42
6. MASTERS	43
7. NATAÇÃO ADAPTADA	43
MARKETING E COMUNICAÇÃO.....	44
DOCUMENTAÇÃO E ARQUIVO HISTÓRICO	46
GABINETE JURÍDICO.....	47
ORÇAMENTO PARA 2019.....	48



INTRODUÇÃO

A introdução mais especificada do plano de atividades e orçamento para 2019 será pormenorizado no caderno anexo com o descritivo das medidas previstas no plano de ação e orçamento por rúbrica desportiva.

De qualquer das formas alguns apontamentos são necessários neste capítulo específico, uma vez que se trata do verdadeiro documento de atividade para 2019 da natação portuguesa refletindo as nossas convicções e filosofias de atuação que aos poucos foram sendo conhecidas pelos agentes da modalidade.

Este plano de atividades segue fielmente, quer o plano de ação previsto quer o plano estratégico aprovado que, em termos genéricos, se traduz num conjunto de iniciativas organizadas em eixos de ação que balizam cada um dos sectores, natação pura desportiva, natação artística; adaptada; águas abertas, masters, polo aquático e saltos para água.

São retratados neste documento, ainda, as atividades dos setores de atividade não estritamente desportiva, mas de suporte à atividade: comunicação; marketing; jurídico; administrativo; informático; Portugal a Nadar; formação de RH.

Continuaremos no próximo ano com a discussão, partilha e convergência de programas de ação e políticas entre a FPN e as associações territoriais, de forma a construirmos o edifício funcional da natação Portuguesa.

Faremos natação com todos e para todos.

ATIVIDADE DESPORTIVA

1. NATAÇÃO PURA

1.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Na lógica de desenvolvimento que se encontra implementada, a obtenção de resultados que suplantem os alcançados no Rio de Janeiro é obviamente o que se pretende alcançar. Tal como se encontra definido no Plano de Alto Rendimento (PAR) da disciplina, este desiderato pode atingir-se, quer através da obtenção de um resultado dentro dos onze melhores, quer através da presença de mais que um nadador entre os dezasseis melhores.

Para a presente época, a competição principal será o Campeonato do Mundo a se realizar em Gwangju (KOR) durante o mês de julho. Julgamos que a mesma será um grande indicador sobre quem serão os potenciais candidatos à participação nos Jogos Olímpicos Tóquio 2020. Ao mesmo tempo deverá concluir-se o período de adaptação aos conceitos estabelecidos no PAR nomeadamente no que alude à referenciação dos nadadores e aos períodos específicos em que a mesma pode ocorrer, ficará claro para todos os momentos em que é efetivamente relevante atingir a forma desportiva no caso de se pretender atingir níveis competitivos compatíveis com o Alto Rendimento.

A renovação dos elementos da seleção absoluta é um processo em curso desde as duas últimas épocas e permite desde já objetivar uma participação de cerca de seis nadadores nos próximos Jogos Olímpicos, mesmo considerando que o critério de participação se cingirá à obtenção de mínimos A.

Pretende-se assim, que o conjunto de atletas a conseguir os mínimos de referenciação nas diferentes seleções seja desde logo compatível com o supramencionado.

Numa conjectura 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. Há uma noção clara de que os níveis de integração em cada uma das seleções são mais exigentes, mas pensamos ser essa a única forma de garantir que nas atividades previstas para as Seleções Nacionais Sénior, Júnior e Pré-Júnior, se torne possível aspirar a obtenção de classificações em finais e lugares de pódio.

1.2. ESCALÕES ETÁRIOS

CATEGORIA	MASCULINOS	FEMININOS
Cadetes C	2010 e mais novos	2011 e mais novas
Cadetes B	2008 e 2009	2009 e 2010
Cadetes A	2007	2008
Infantis B	2006	2007
Infantis A	2005	2006
Juvenis B	2004	2005
Juvenis A	2003	2004
Juniores	2001 e 2002	2002 e 2003
Seniores	2000 e mais velhos	2001 e mais velhas

NP. Quadro 1 – Categorias em vigor.

1.3. ORGANIZAÇÃO DOS QUADROS COMPETITIVOS

Em termos nacionais, manteve-se a reformulação do critério de acesso às competi es inserida na época transata, respondendo assim ao principal constrangimento identificado no modelo anterior, que criava uma dificuldade aos clubes que só muito perto da data das competi es tinham possibilidade de conhecer com exatidão quem eram os nadadores que se encontravam qualificados para as mesmas.

Apesar do regresso ao sistema de mínimos de acesso,   importante realçar que os mesmos se encontram definidos com base nos rankings nacionais da época anterior, o que permite prever o número de participantes em cada uma das provas e ao mesmo tempo a distribui o equitativa dos participantes em cada uma delas.

Importa ainda referir, a realiza o do Campeonato Nacional de Juvenis, Juniores e Absoluto em abril disputado em quatro dias, permitindo que esta competi o

assuma um papel chave para todos os nadadores, com vista à obtenção de mínimos para as principais competições internacionais a disputar no último ciclo da época competitiva.

Em relação às restantes competições manter-se-á o modelo estabelecido.

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
Fase de Qualificação Campeonato de Clubes 3ª Divisão	27 de outubro	Fase Continental ARNN – Bragança ----- Fase Insular A definir
Torneios Regionais Nadador Completo Infantis e Torneios Regionais Fundo Juvenis	Data limite 25 de novembro	Por Associação
Campeonatos Nacionais de Clubes 3ª Divisão	1 de dezembro	ANDS – Abrantes
Campeonatos Nacionais de Clubes 2ª Divisão	8 e 9 de dezembro	ANL – S. Ant�nio Cavaleiros
Torneios Zonais de Juvenis	14 a 16 dezembro	<u>Zona Norte</u> ANMIN – Braga <u>Zona Sul</u> ANDS – Tomar
Campeonatos Nacionais Juniores e Seniores Piscina Curta	21 a 23 dezembro	ANNP - Felgueiras

COMPETIÇÃO	DATA	LOCAL
Torneios Zonais de Infantis	29 a 31 de março	<u>Zona Norte</u> ANC – Condeixa <u>Zona Sul</u> ANL – Pinhal Novo
Campeonatos Nacionais Juvenis, Juniores e Absolutos	4 a 7 de abril	ANC – COP Coimbra
Campeonato Nacional de Clubes 1ª Divisão	13 e 14 de abril	ANL – Jamor
Torneios Regionais de Fundo Infantis Torneios Regionais Nadador Completo Juvenis	Data limite 12 de maio	Por Associação
Campeonatos Nacionais de Infantis	26 a 28 de julho	ANALG – Loulé
Campeonatos Nacionais de Juvenis, Campeonatos Absolutos de Portugal, Open de Portugal	1 a 4 de agosto	ANMAD – Penteada

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 dum conjunto de provas capazes de proporcionar momentos de preparação e avaliação conducentes ao reforço do estado de preparação dos praticantes neles envolvidos.

A participação internacional tem como principais referências a participação nos Mundiais Absolutos de piscina longa, nos Mundiais Absolutos de piscina curta, nos Europeus e Mundiais de Juniores e no Festival Olímpico da Juventude Europeia.

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

COMPETIÇÃO	DATA	SN	LOCAL
Meeting do Algarve	3 e 4 novembro 2018	JUV	VRSA (POR)
Campeonato Mundo PC	11 a 16 dezembro 2018	ABS	Hangzhou
Flanders Cup	19 e 20 janeiro 2019	JUN	Antuérpia (BEL)
Competi�o Internacional	fevereiro	SEN	A indicar
Meeting Internacional de Lisboa	9 e 10 fevereiro 2019	JUV	Oeiras (POR)
Competi�o Internacional	abril	JUN	a indicar
Competi�o Internacional	abril/maio	JUV	a indicar
Meeting Internacional de Coimbra	25 e 26 maio 2019	JUV	Coimbra (POR)
Meeting Internacional do Porto	1 e 2 junho 2019	JUN	Porto (POR)
Mare Nostrum – Canet	11 e 12 junho 2019	SEN	Canet (FRA)
Campeonato Europa Juniores	3 a 7 julho 2019	JUN	Kazan (RUS)
Festival Olímpico da Juventude	21 a 27 julho 2019	JUV	Baku (AZE)
Campeonato do Mundo	21 a 28 julho 2019	ABS	Gwangju (KOR)
Campeonato do Mundo Juniores	20 a 25 agosto 2019	JUN	Budapeste (HUN)

NP. Quadro 3 – Quadro Competitivo Internacional

1.3.4 Quadro de Concentrações e Estágios

ESTÁGIO	DATA	LOCAL
Estágio Altitude	13 a 31 janeiro	Serra Nevada
Estágio Altitude	19 abril a 9 maio	Serra Nevada
Concentrações de Treino	5 dias	Sta. Maria de Lamas e Jamor
Estágio Altitude	4 a 18 de junho	Serra Nevada
Estágio Preparatório I	4 a 12 de junho	Barcelona ou Sevilha (ESP)
Estágio Preparatório II	11 a 18 julho	Nagasaki (JPN)
Estágio Preparatório JO	outubro	Nagasaki (JPN)
Estágio Preparatório CEPC	outubro/novembro	Serra Nevada

NP. Quadro 4 – Quadro Concentrações e Estágios

2. ÁGUAS ABERTAS

2.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Os objetivos da Disciplina passam por conseguir aumentar a base de recrutamento, cativando mais jovens nadadores para entrarem nos campeonatos nacionais e lutarem por posições nas concentrações e competições internacionais. No seguimento, conseguir também aumentar a qualidade das seleções absolutas e juniores, conseguindo melhorar os resultados da época anterior.

Manter o padrão de resultados nos escalões juniores e aproximar o escalão absoluto da elite mundial.

2.2. ESCALÕES ETÁRIOS

Categoria	Masculinos	Femininos
AA14/15 AA15	2004	2004 - 2005
AA16/17	2002 - 2003	2002 – 2003
AA18/19	2000 - 2001	2000 - 2001
AA20+	1999 + velhos	1999 + velhos

AA. Quadro 1 – Categorias Competições Nacionais

Categoria	Masculinos	Femininos
AA14/15 AA15	2004	2004 - 2005
AA16/17	2002 - 2003	2002 – 2003
AA18/19	2000 - 2001	2000 - 2001
AA20+	1999 + velhos	1999 + velhos

AA. Quadro 2 – Categorias Competições Internacionais

2.3. ORGANIZAÇÃO DOS QUADROS COMPETITIVOS

O Quadro competitivo das Águas Abertas tem uma dinâmica bastante densa, com 3 campeonatos nacionais, participação em várias competições internacionais e ainda um circuito nacional que movimenta grande parte da época desportiva.

2.3.1 Quadro Competitivo Regional

A nível regional já podemos encontrar competições em praticamente todas as associações territoriais. Muitas delas a pertencer ao circuito nacional de AA. Sem uma ligação direta ao calendário nacional, começam agora a conseguir desenhar-se para compor o calendário de forma mais apelativa e de acordo com os seus objetivos.

2.3.2 Quadro Competitivo Nacional

COMPETIÇÃO	DATA	LOCAL
Campeonato Nacional de Longa Distância	24 fevereiro	Porto
Campeonato Nacional de AA 10km, 7,5km e 5km Primavera	18 e 19 de maio	Portimão
Campeonato Nacional de AA 5km Verão	29 de junho	Barragem do Rabagão - Montalegre

AA. Quadro 3 – Quadro Competitivo Nacional

2.3.3 Quadro Competitivo Internacional

COMPETIÇÃO	DATA	LOCAL
Taça do Mundo Doha	15 fevereiro	Qatar
Taça do Mundo Seychelles	Fev. / março	Seychelles
Open de França / Taça LEN	Final de maio	Brive (França)
Torneio Luso Andaluz	Início de junho	Andaluzia
Taça do Mundo de Setúbal	8 de junho	Setúbal (PUA)

COMPETIÇÃO	DATA	LOCAL
Open de Espanha	14 a 16 de junho	A designar
Taça do Mundo Balaton ou Taça LEN Barcelona	Meio ou final de junho	Balatonfured ou Barcelona
Campeonato do Mundo Absoluto	13 a 18 julho	Gwangzou
Campeonato da Europa de Juniores	2 a 4 agosto	Praga (Rep. Checa)
Prova Internacional a designar	agosto/setembro	A designar
Madeira Island Swim Marathon 2019	Final de outubro	Funchal
Taça do Mundo Abu Dhabi	novembro	Abu Dhabi

AA. Quadro 4 – Quadro Competitivo Internacional

2.3.4 Quadro de Concentrações e Estágios

COMPETIÇÃO	DATA	LOCAL
Concentração I	3 a 6 de janeiro	Jamor
Encontro Jovens Nadadores AA	5 a 6 janeiro	Jamor
Estágio de Altitude I	13 a 31 janeiro	Serra Nevada
Concentração II	10 a 14 janeiro	Jamor
Concentração III	01 a 05 fevereiro	VRSA
Concentração IV	1 a 5 de março	Jamor
Concentração V	01 a 05 de maio	Rio Maior
Estágio de Altitude II	10 a 30 junho	Serra Nevada
Estágio de Preparação Mundial	3 a 10 de julho	Nagasaki
Estágio de Preparação Europeu de Juniores	27 a 30 julho	Jamor

AA. Quadro 5 – Quadro Concentrações e Estágios

3. POLO AQUÁTICO

3.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Os principais objetivos para a época em curso são os seguintes:

- Continuar a aumentar a competitividade dos Campeonatos Portugal Absolutos em ambos os géneros;
- Participação massiva de todos os clubes com atividade nas diferentes provas nacionais;
- Continuar a apostar na melhoria da imagem e promoção do produto “polo aquático” junto dos diferentes públicos;
- Implementação prática do Programa Nacional de Desenvolvimento do Polo Aquático nas suas 3 vertentes – Mini Polo, Programa Nacional de Talentos e Alto Rendimento;
- Aumento do número de praticantes;
- Aumento do número de treinadores;
- Aumento do número de AT’s envolvidas;
- Apuramento das SN Absolutas Masculina e Feminina para Campeonato Europa - Budapeste 2020;
- Apuramento da SNS17 Masculina para o Campeonato Europa;
- Qualificação nos 12 primeiros lugares da SNS20 Feminina, no Campeonato Mundo a organizar em Portugal, no Funchal.

3.2. ESCALÕES ETÁRIOS

Época 2018/2019	
Categoria	Masculinos/Femininos
Absoluto	2002 mais velhos
Juvenil	2003/2004
Infantil	2005/2006
Cadete	2007/2008
Mini	2009/2012

PA. Quadro 1 – Quadro Escalões etários 2018/ 2019

3.3. ORGANIZAÇÃO DOS QUADROS COMPETITIVOS

O quadro competitivo nacional é composto por provas disputadas em forma de campeonato e outras em forma de eliminatórias.

Nas primeiras são consideradas os Campeonatos de Portugal 1 e 2, de ambos os géneros, e ainda as provas de grupos de idades (A20, A18, Juvenil, Infantil) também dos dois géneros.

As Taça de Portugal e Supertaça, são provas a eliminar.

3.3.1 Quadro Competitivo Regional

O quadro competitivo regional é organizado pelas diversas Associações Territoriais, e serve, no caso das provas de grupos de idades para apurar as equipas para as fases seguintes (Intermédia e Nacional).

A ANNP, ANL e ANC são as Associações Territoriais que costumam organizar as suas fases regionais. A exemplo da época anterior, a ANDS juntamente com a ANALEN organizam um quadro competitivo conjunto.

3.3.2 Quadro Competitivo Nacional

As datas das diferentes provas nacionais são as seguintes:

PROVA	DATA
PO 1 – Campeonato Portugal A1 Masculinos	Início: 20/out/18 Fim: 15/jun/19
PO 2 - Campeonato Portugal A2 Masculinos	Início: 28/out/18 Fim: 09/jun/19
PO 3 - XVII Supertaça “Carlos Meinedo” Masculinos	06/out/18
PO 4 - XXXIV Taça De Portugal Masculinos	1ª Elim: 06/jan/19 1/8 F: 19/jan/19 F8: 12a14/abr/19
PO 5 - Campeonato Portugal A1 Femininos	Início: 20/out/18 Fim: 01/jun/19

PROVA	DATA
PO 6 - XVI Supertaça “Carlos Meinedo” Femininos	06/out/18
PO 7 – XXXII Taça De Portugal Femininos	1/4 F: 26/jan/19 F4: 13e14/abr/19
PO 8 - Campeonato Portugal A20 Masculinos	FI: 26/jun/2019 FF: 20e21/jul/19
PO 9 - Campeonato Portugal A20 Femininos	FI: 26/jun/2019 FF: 20e21/jul/19
PO 10 - Campeonato Portugal A18 Masculinos	FI: 22/jun/19 FF: 12ª14/jul/19
PO 11 - Campeonato Portugal A18 Femininos	FI: 22/jun/19 FF: 12ª14/jul/19
PO 12 - Campeonato Portugal Juvenil Masculinos	FI: 15/jun/19 FF: 05a07/jul/19
PO 13 - Campeonato Portugal Juvenil Femininos	FI: 15/jun/19 FF: 05a07/jul/19
PO 14 - Campeonato Portugal Infantil Misto	FI: 08/jun/19 FF: 21a23/jun/19
PO 15 - Campeonato Portugal AT's Infantil Misto	FF: 28a30/jun/19
PO 16 - Torneio Nacional Masters	A definir

PA. Quadro 2 – Quadro Competitivo Nacional

3.3.3 Quadro Competitivo Internacional

A nível internacional vamos ter a participação das seleções nacionais absolutas de ambos os géneros a competir para se qualificarem para o Campeonato da Europa de Budapeste 2020. Irão ambas disputar um grupo de qualificação e mediante a classificação nesse grupo defrontarão uma das últimas 8 (masculinos) ou 6 (femininos) classificadas, do último Campeonato da Europa, em sistema de Play Off a dois jogos.

Já a equipa S20 feminina tem a sua participação assegurada no Campeonato do Mundo da categoria fruto da organização atribuída a esta Federação pela FINA. A prova decorrerá no Funchal em setembro de 2019.

A equipa da categoria S17 masculino irá tentar a qualificação para o Campeonato da Europa em Tbilissi, o que a acontecer será a primeira vez no género masculino.

Uma equipa masculina e outra feminina da categoria infantil irão participar no Campeonato de Espanha disputado por Federações Territoriais no âmbito do protocolo estabelecido com a Real Federação Espanhola de Nataçao com vista a uma colaboração conjunta para o desenvolvimento do polo aquático nos dois países.

Esta participação está inserida também no âmbito do Programa Nacional de Talentos.

3.4. SELEÇÕES NACIONAIS

3.4.1 Calendarização

PROVA	ESCALÃO	DATA	LOCAL
Torneio Internacional Matosinhos	ABS F	14a16/dez/18	Matosinhos (POR)
Torneio Internacional	S17 M	17a19/abr/19	A definir
Campeonato Europa Budapeste 2020 – Qualificação II	ABS F	26a28/abr/19	A definir
Campeonato Europa Júnior - Qualificação	S17 M	03a05/mai/19	A definir
Campeonato Europa Budapeste 2020 - Qualificação II	ABS M	24a26/mai/19	A definir
Torneio Internacional Loulé	ABS M	21a23/jun/19	Loulé (POR)
Campeonato Europa Júnior Masculino	S17 M	11a18/ago/19	Tbilissi (GEO)
Campeonato Mundo S20 Feminino	S20 F	08a15/set/19	Funchal (POR)
Campeonato Europa Budapeste 2020 – Play-off 1	ABS M	12/out/19	A definir
Campeonato Europa Budapeste 2020 – Play-off 1	ABS F	12/out/19	A definir
Campeonato Europa Budapeste 2020 – Play-off 2	ABS M	26/out/19	A definir
Campeonato Europa Budapeste 2020 – Play-off 2	ABS F	26/out/19	A definir

PA. Quadro 3 – Calendarização das Ações – SN

4. NATAÇÃO ARTÍSTICA

4.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

O segundo ano do novo ciclo olímpico mostrou-se fundamental na afirmação da modalidade a nível nacional e de Portugal a nível europeu, com grande destaque para a clara evolução no Alto Rendimento. Aumentámos o número de competições nacionais assim como o nível técnico das nadadoras, com Provas de Nível com graus de exigência cada vez maiores e uma aposta continua nos escalões de formação. Aumentámos o número de nadadoras integradas nas seleções nacionais, o número de competições em que participámos e, acima de tudo, superámos o nível técnico em que nos apresentávamos em épocas anteriores.

É com estes dados de evolução clara que a nossa aposta para mais uma época desportiva está novamente assente no desenvolvimento dos clubes, treinadoras, nadadoras e árbitros. Continuaremos a definir metas e objetivos claros com níveis de exigência cada vez mais exigentes que nos permitirão avaliar a nossa evolução nas participações internacionais.

Reportando-se ao terceiro ano do ciclo olímpico dos Jogos de 2020, pretende-se iniciar a promoção internacional do Dueto Absoluto em preparação para os Jogos Olímpicos de Tóquio mantendo todo o edifício do Alto Rendimento e assegurando a evolução das Seleções Nacionais nos restantes escalões. Entendemos que a aposta no desenvolvimento contínuo das Seleções Nacionais nos escalões que sustentam a renovação da Seleção Nacional Absoluta é fundamental para assegurar a continuidade e o sucesso do Projeto Olímpico 2020. Assim, manteremos o nível de exigência referente ao âmbito competitivo internacional procurando performances cada vez melhores e definindo objetivos de participação. Incluímos o escalão Infantil nos estágios da Seleção Nacional visando colmatar a lacuna técnica de formação das nossas nadadoras ao nível do trabalho desenvolvido nos clubes, bem como fomentar desde a base o espírito de trabalho e dedicação pretendido na seleção nacional para os anos seguintes. Consolidamos as Seleções Nacionais Juvenil e Júnior e continuamos a elevar o nível técnico e competitivo da Seleção Nacional Absoluta, principalmente através do Dueto Nacional Absoluto. Por conseguinte, para a

Seleção Nacional Juvenil definimos como competição principal a participação da Equipa na Copa de Andaluzia (ou num Open a definir) e do dueto na Taça COMEN, para a Seleção Júnior definimos o Campeonato da Europa de Juniores com o dueto nacional e para a Seleção Nacional Absoluta definimos a Copa de Andaluzia (ou num Open a definir), para a equipa, e o Campeonato do Mundo de Absolutos, para o dueto nacional.

Paralelamente ao Plano Anual de Formação de treinadores, para além da formação técnica das nadadoras nos vários estágios e competições das Seleções Nacionais, pretende-se ainda assegurar a formação contínua das nossas treinadoras nacionais. Os clubes são a base das Seleções Nacionais e, quanto maior for o nível de conhecimento que as nossas técnicas possuam, melhor preparadas estarão as nadadoras convocadas para as seleções nacionais e, naturalmente, verificar-se-á uma evolução na qualidade da prestação das nadadoras a nível nacional e internacional. Desta forma, pretende-se selecionar um(a) treinador(a) nacional por estágio para enquadrar a comitiva técnica da Seleção Nacional e assim, aprender e colaborar diretamente com toda a equipa técnica bem como com todas as nadadoras selecionadas.

4.2. ESCALÕES ETÁRIOS

A nível nacional, os escalões etários mantêm-se semelhantes aos aplicados na época desportiva anterior, respeitando também o definido no Regulamento FINA.

Categoria	Ano de Nascimento
Infantil	2007 e posterior
Juvenil	2004 – 2006
Júnior	2001 – 2004
Absoluta	2004 e anterior

NArt. Quadro 1 – Quadro Escalões etários

4.3. ORGANIZAÇÃO DOS QUADROS COMPETITIVOS

Relativamente à época passada os quadros competitivos mantêm-se semelhantes com a organização de três Campeonatos Nacionais – Figuras, Inverno e Verão/ Open de Portugal.

4.3.1 Quadro Competitivo Regional

O Quadro Competitivo Regional incluirá as Provas de Nível que, à semelhança da época anterior, podem ser realizadas livremente em cada AT. Os Torneios Regionais e particulares ficarão a cargo das AT's como acontecia anteriormente.

4.3.2 Quadro Competitivo Nacional

O Quadro Competitivo Nacional mantém-se semelhante ao praticado na época anterior com a organização de três Campeonatos Nacionais. Cada um destes Campeonatos está direcionado aos clubes de forma a incentivar que estes aumentem e melhorem a qualidade técnica das suas nadadoras, assim como para aproximar a realidade competitiva nacional ao que sucede nos países mais desenvolvidos da modalidade. À semelhança do que sucedeu na época desportiva anterior, para além da competição nas provas de figuras e esquemas, mantemos nos nossos Campeonatos Nacionais as Provas de Seleção Nacional para os diversos escalões.

COMPETIÇÃO	DATAS	LOCAL
Campeonato Nacional de Figuras e Prova de Seleção Nacional de	1 e 2 dezembro 2018	Mealhada
Campeonato Nacional de Inverno	30 e 31 março 2019	Coruche
Campeonato Nacional de Verão – Open de Portugal	5 a 7 julho 2019	Stº António dos Cavaleiros

NArt. Quadro 2 – Quadro Competitivo Nacional

4.4. SELEÇÕES NACIONAIS

De acordo com os objetivos específicos a que nos propomos, entendemos que a aposta no desenvolvimento das Seleções Nacionais nos escalões que sustentam a renovação da Seleção Nacional Absoluta é fundamental para assegurar a continuidade e o sucesso do Projeto Olímpico 2020. Manteremos o nível de exigência referente ao âmbito competitivo internacional procurando performances cada vez melhores, redirecionamos a Seleção Nacional Juvenil com o reajuste das competições neste escalão, consolidamos a Seleção Nacional Júnior e continuamos a elevar o nível técnico e competitivo da Seleção Nacional Absoluta. Por conseguinte, para a Seleção Nacional Juvenil definimos como competição principal a participação da Equipa na Copa de Andaluzia (ou num Open a definir) e do dueto na Taça COMEN, para a Seleção Júnior definimos o Campeonato da Europa de Juniores com o dueto nacional e para a Seleção Nacional Absoluta definimos a Copa de Andaluzia (ou um Open a definir), para a equipa, e o Campeonato do Mundo de Absolutos, para o dueto oficial.

4.4.1 Quadro Competitivo Internacional

As competições internacionais previstas para os vários escalões de Seleção Nacional são as seguintes:

COMPETIÇÃO	DATAS	LOCAL
Open de França – World Series	7 a 10 março 2019	Paris, França
Open a definir – World Series	abril 2019	A definir
II Copa de Andaluzia	27 abril 2019	Sevilha, Espanha
Open a definir – World Series	maio 2019	A definir
Open de Espanha – World Series	23 a 26 maio 2019	Espanha
Campeonato da Europa de Juniores	19 a 23 junho 2019	Praga, República Checa

COMPETIÇÃO	DATAS	LOCAL
Campeonato do Mundo de Absolutos	12 a 20 julho 2019	Coreia do Sul
Taça COMEN	25 a 28 Jjulho 2019	Suíça

NArt. Quadro 3 – Calendarização das Competições das Seleções Nacionais

4.4.2 Estágios

Os diversos estágios das Seleções Nacionais são passíveis de serem reagendados de acordo com as necessidades e os constrangimentos dos locais assim como dos intervenientes.

ESTÁGIOS (CATEGORIAS)	OBJETIVOS	Nº DIAS	DATA
I Estágio de coreografia Dueto Jun e Abs	Construção e aperfeiçoamento da coreografia de Dueto Livre da Seleção Nacional.	4	5 a 7 Nov 2018
I Estágio técnico Inf, Juv, Jun e Abs	Avaliação e capacitação técnica das nadadoras selecionadas após o Campeonato Nacional de Figuras e Prova de Seleção de Duetos.	3	18 a 20 Dez 2018
II Estágio de coreografia Dueto Jun e Abs	Construção e aperfeiçoamento da coreografia de Dueto Livre da Seleção Nacional com uma coreógrafa estrangeira.	4	7 a 10 Jan 2019
Estágio Dueto Jun e Abs	Preparação física e técnica dos duetos livre e técnico para a competição – Open de França. Estágio conjunto com a seleção nacional do Lieschtentein.	4	12 a 15 Fev 2019
II Estágio técnico Inf, Juv, Jun	Avaliação e capacitação técnica das nadadoras selecionadas após o Campeonato Nacional de Figuras e Prova de Seleção de Duetos.	3	2 a 4 Março 2019

ESTÁGIOS (CATEGORIAS)	OBJETIVOS	Nº DIAS	DATA
Estágio Dueto Abs	Preparação física e técnica dos duetos livre e técnico para a competição – Open de França. Estágio conjunto com as seleções nacionais da Holanda e Malásia.	4	2 a 5 Março 2019
I Estágio Seleção Juv e Abs	Preparação física e técnica das coreografias a apresentar na Copa de Andaluzia ou outro Open a definir.	5	22 a 26 Abril 2019
Estágio Dueto Abs	Preparação física e técnica dos duetos livre e técnico para a competição – Open a definir	3	Abril 2019
Estágio Dueto Abs	Preparação física e técnica dos duetos livre e técnico. Recuperação para a competição – Open a definir	3	Maio 2019
Estágio Dueto Abs	Preparação física e técnica dos duetos técnico e livre. Preparação para a competição – Open de Espanha.	4	19 a 22 Maio 2019
Estágio Dueto Jun	Preparação física e técnica dos duetos técnico e livre. Preparação para a competição – Campeonato da Europa de Juniores.	10	8 a 17 Jun 2019
Estágio Dueto Abs	Preparação física e técnica dos duetos técnico e livre.	5	24 a 28 Jun 2019
Estágio Dueto Abs	Preparação física e técnica dos duetos técnico e livre. Estágio conjunto com a seleção nacional da Malásia. Adaptação ao fuso horário precedente ao Campeonato do Mundo.	7	3 a 9 Jul 2019
Estágio Dueto Juv	Estágio de preparação da coreografia de Dueto Livre Juvenil a competir na Taça COMEN.	4	21 a 24 Jul 2019

NArt. Quadro 4 – Calendarização dos Estágios das Seleções Nacionais

5. MASTERS

5.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Dando continuidade ao trabalho desenvolvido na época anterior temos assegurado um crescimento estável no aumento de participantes Master nas várias competições nacionais quer em piscina quer nas águas abertas. Uma maior participação em provas internacionais e a obtenção de marcas de relevo em 2018 garantem uma sólida base de evolução para esta disciplina. O calendário nacional estabilizou tendo como referência as grandes competições nacionais. O nº de eventos exclusivamente Master de AT's e clubes também têm refletido o crescimento da disciplina.

5.2. ESCALÕES ETÁRIOS

GRUPO	ESCALÃO ETÁRIO	ANO DE NASCIMENTO
A	25 – 29	94 – 90
B	30 – 34	89 – 85
C	35 – 39	84 – 80
D	40 – 44	79 – 75
E	45 – 49	74 – 70
F	50 – 54	69 – 65
G	55 – 59	64 – 60
H	60 – 64	59 – 55
I	65 – 69	54 – 50
J	70 – 74	49 – 45
K	75 - 79	44 – 40
L	80 – 84	39 – 35

GRUPO	ESCALÃO ETÁRIO	ANO DE NASCIMENTO
M	85 – 89	34 – 30
N	90 – 94	29 – 20

***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 2019

Para as provas de estafetas vigoram 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 2019

5.3. ORGANIZAÇÃO DO QUADRO COMPETITIVO NACIONAL

Após as alterações regulamentares introduzidas na época anterior no sentido de uma maior aproximação ao espírito master, antecipamos uma estabilidade para 2019 no nº de competições do quadro competitivo nacional.

Mantemos a estratégia de conferir o carácter Open das nossas competições principais, em piscina e águas abertas.

COMPETIÇÃO	DATAS	LOCAIS
Taça Master		
Circuito Especialista	Adesão individual automática	Vários
2º Meeting Luso Andaluz	1 e 2 dez 2018	Caldas da Rainha
Campeonato Nacional/Open de Inverno	18 a 20 jan 2019	Mealhada
Torneio de Fundo	23 fev 2019	Póvoa de Varzim
CNAA/Open 1.5Km	19 mai 2019	Portimão
Meeting Internacional de Velocidade	9 jun 2019	Setúbal
CNAA/Open 3km	29 jun 2019	Montalegre
XXI Campeonato Nacional / OPEN de Verão	19 a 21 jul	A indicar pela ANALEN

MAS. Quadro 3 – Escalões Etários para as provas individuais em 2019

6. NATAÇÃO ADAPTADA

6.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Queremos continuar a solidificar alicerces para que a nataçao para pessoas com deficiencia cresca e se desenvolva numa curva ascendente a médio e longo prazo.

Para o próximo ano mantêm-se a obrigatoriedade de filiaçao, através das Associaçoes Territoriais, para todos os clubes e praticantes de nataçao adaptada, independentemente da sua categoria de deficiencia.

Queremos, também, reforçar a importancia da classificaçao desportiva de todos os praticantes filiados, nas várias categorias de deficiencia, e desta forma permitir aos nadadores uma correta adequaçao à sua classe desportiva.

Continuaremos com o método do ano transato sendo o Campeonato Nacional de Inverno em piscina curta e o de Verão em piscina olímpica. Os resultados obtidos nas mais diversas competiçoes serão homologados de acordo com os parâmetros estabelecidos.

Os nadadores com deficiencia poderão integrar os Campeonatos Nacionais de Nataçao 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 situaçoes a analisar.

Continuaremos a dedicar especial atençao às Seleçoes Nacionais, ao Projeto de Preparaçao Paralímpica Tóquio 2020 e ao Projeto de Preparaçao Surdolímpica 2021.

Por último, será nossa preocupação dotar os demais agentes desportivos de formaçao específica na área para que sejam capazes de ministrar e promover

projetos para a promo o e desenvolvimento da nata o adaptada que possam igualmente servir de sustenta o para os v rtices federativos.

6.2. CATEGORIAS DE DEFICIÊNCIA & CLASSES DESPORTIVAS

Para a presente época estão definidas as seguintes categorias de deficiência e classes desportivas:

Categoria de Deficiência	Classe Desportiva
Deficiência Motora & Paralisia Cerebral	S1 – S10 S110
Deficiência Visual	S11 – S13 S113
Deficiência Intelectual	S14 & S21
Deficiência Auditiva	S15
Transplantados	S16
Autismo	S17

NA. Quadro 1 – Categorias de Deficiência & Classes Desportivas

6.3. ORGANIZA O DOS QUADROS COMPETITIVOS

Iremos manter a estrutura competitiva existente com a realiza o de duas competi es específicas para a nata o para pessoas com deficiência.

6.3.1 Quadro Competitivo Nacional

Assim, são propostos a realiza o de dois Campeonatos Nacionais:

Competi�o	Data	Local	Categorias
Campeonato Nacional de Inverno de Nata�o Adaptada	16 e 17 de fevereiro	Guarda	Todas
Campeonato Nacional de Verão de Nata�o Adaptada	11 e 12 de maio	Jamor	Todas

NA. Quadro 2 – Campeonatos Nacionais de Nata o Adaptada

Para além destas competições específicas, os nadadores com deficiência, terão os diversos calendários das Associações Territoriais e Clubes disponíveis, sendo a sua participação condicionada pelos regulamentos vigentes.

6.3.2 Quadro Competitivo Internacional

Tendo em conta as diversas categorias de deficiência e o diferente sistema competitivo internacional estão previstas genericamente e no âmbito das Seleções Nacionais das diversas categorias de deficiência as seguintes competições para o próximo ano:

Objetivo:	Classificação entre o 6º e 10º Lugar		
AÇÃO	Categoria	Data	Local
Estágio Global	WPS	8 a 11/04	Rio Maior, Portugal
World Para Series 2019	WPS	A definir	A definir
Campeonato do Mundo de Nataçao WPS 2019	WPS	23/07 a 05/08	Kuching, Malásia

NA. Quadro 3 – Calendarização das Ações – Categoria WPS

Objetivo:	Classificação entre o 6º e 12º Lugar		
AÇÃO	Categoria	Data	Local
Estágio Global	Auditiva	8 a 11/04	Rio Maior, Portugal
Concentração Final	Auditiva	17 a 22/08	Rio Maior, Portugal
Campeonato do Mundo ICSD 2019	Auditiva	23 a 31/08	São Paulo, Brasil

NA. Quadro 4 – Calendarização das Ações – Categoria Auditiva

Objetivo:	Classificação entre o 3º e 8º Lugar		
AÇÃO	Categoria	Data	Local
Estágio Global	Síndrome de Down	8 a 11/04	Rio Maior, Portugal
Concentração Final	Síndrome de Down	12 a 14/09	Rio Maior, Portugal
Campeonato da Europa de Nataçao DSISO 2019	Síndrome de Down	15 a 22/09	Sardenha, Itália

NA. Quadro 5 – Calendarização das Ações – Categoria Síndrome de Down

7. Saltos para a Água

7.1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Os objetivos relativos aos Saltos para a Água dividem-se em três pilares: Clubes e Atletas, Treinadores e Juízes.

7.1.1 Clubes e Atletas

- Aumento do número de clubes e de praticantes federados, em todas as categorias;
- Promoção de intercâmbios entre os clubes;
- Realização de estágios nacionais e internacionais:
 - Estágio Nacional no Funchal (*em fase de proposta*);
 - Estágio com Hana Novotna em Lisboa;
 - Loulé Divin'Camp.

7.1.2 Treinadores

- Curso de Treinadores de Saltos de Grau II;
- Cursos Complementar / Menções de Saltos para a Água para treinadores de ginástica e de natação (atribuidores de Grau I e II);
- Ações de formação contínua em Treino de Saltos;

7.1.3 Juízes

- Realização de uma FINA Clinic for Officials (Diving) e/ou de uma FINA Diving Development School e/ou do I Curso de Formação Avançada de Juízes e Árbitros de Saltos.
- Realização do II Curso de Formação Inicial de Juízes e Árbitros de Saltos

7.2 QUADRO COMPETITIVO

- Realização do Circuito Nacional de Saltos, com pelo menos 3 etapas, em vários locais de Portugal continental e no Funchal - em fase de proposta à ANM.
- Realização do Campeonato Regional de Saltos da Madeira - *em fase de proposta à ANM.*
- Realização do Loulé Friendly Meet (inserido no Loulé Internacional Divin'Camp), em final de agosto, em Loulé;

8 PROGRAMAS DE DESENVOLVIMENTO DESPORTIVO

A FPN tem traçado como objetivos para os Programas de Desenvolvimento Desportivo (PDD's): 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 da Nataçao.

Em 2019, a divulgação dos PDD's passa pela continuacão da implementacão dos Centros de Formacão Desportiva na área da NP, NArt, PA e NA. Estes terão como objetivo o trabalho com os jovens talentos a nível da nataçao artística e polo aquático, sendo o foco no alto nível internacional desde os primeiros momentos.

Continuaremos a apostar também no projeto das ENA – Escola de Nataçao Adaptada, uma vez que sendo a FPN sensível às elevadas taxas de sedentarismo dos jovens e ao baixo nível de participacão desportiva, o objetivo deste programa passa principalmente pelo aumento de novos praticantes na nataçao adaptada nas mais diversas categorias de deficiência através do ensino da nataçao em pequenas aulas de grupo apoiando a implementacão destas.

Este Projeto para a FPN é o alicerce daquilo que será o futuro da nataçao adaptada no país pois acreditamos que será destas escolas que sairão os futuros nadadores que estarão presentes nos Jogos Paralímpicos e Surdolímpicos 2024/2025 e como tal apostar na formacão das camadas mais jovens torna-se uma necessidade premente e fundamental.

8.1 OBJETIVOS

Os Centros de Formacão Desportiva têm como visão:

- Atividades de deteçao e promocão por todo o território nacional.
- Trabalhar com critérios de seleçao, objetivos e consequências para os atletas envolvidos nos grupos criados.

- Iniciar projetos de apoio   forma o dos treinadores. Todo o investimento que se faz num treinador chega a muitos jogadores no futuro.

8.2 CALENDARIZA O

ACTIVIDADE	DATA	LOCAL
14� Festival de Estrelas do Mar	25 e 26 de maio	Castelo de Vide
Encontro Nacional do Jovem Nadador	20 e 21 de julho	A definir
Mini Polo	A definir	A definir
Escola de Nata�o Adaptada	setembro a junho	A definir

PDD'S. Quadro 1 – Calendariza o Programas de Desenvolvimento Desportivo

FORMAÇÃO DE RECURSOS HUMANOS

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

- Promover a formação de agentes desportivos, nas várias vertentes da Nataçao;
- Reestruturação do sistema de Formação, indo ao encontro do Programa Nacional de Formação de Treinadores (PNFT).

1. OBJETIVOS ESPECÍFICOS

Os objetivos específicos são os seguintes:

- Dar continuação à realização dos cursos de formação inicial dos graus I e II das diversas disciplinas da Nataçao;
- Obtenção do TPTD Grau I através do processo RVCC e iniciar a preparação dos processos de RVCC para outros Graus;
- Dar continuidade ao processo de elaboração de referenciais de formação específica no âmbito da formação de treinadores de Nataçao Adaptada e IV Grau;
- Certificar para efeitos de renovação dos TPTD todas as formações realizadas no âmbito do Plano Anual de Formação, de acordo com o Regulamento PNFT (a cargo do IPDJ);
- Realizar os estágios que darão acesso ao reconhecimento total de equivalência académica a grau de treinador;
- 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 potencialização das suas capacidades de desempenho desportivo;

- Fomentar a atualização contínua dos técnicos de Grau I, II, III e IV com vista à melhoria da qualidade da prática realizada pelos praticantes de Natação;
- Diversificar as áreas de incidência da formação com vista a abranger o 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 Natação Adaptada;
- 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.

2. ESTRATÉGIAS

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

- Promoção e divulgação dos cursos ligados à formação de treinadores e árbitros nas escolas de ensino secundário e superior, junto a docentes e alunos, bem como a nível do desporto escolar;
- Desenvolver ações de formação contínua acreditadas para todos os graus, no âmbito das diferentes disciplinas (Natação Pura, Natação Sincronizada, Polo Aquático);
- Estimular a participação mais ativa das Associações Territoriais, na concretização do plano de Formação, respondendo às necessidades locais;

- Promover ações no âmbito das áreas que se mostraram mais carenciadas de formação, nomeadamente em atividades aquáticas mais diversificadas, gestão, organização e manutenção de piscinas, escolas de nataçao;
- Promover ações sobre o modelo de referência técnico da FPN para as escolas de nataçao;
- Realizar ações de formação que visem promover a melhor utilização de ferramentas informáticas específicas;
- Promover ações no âmbito da Nataçao adaptada, reciclagens e atualizações de treinadores;
- Desenvolver ações de formação para pais, sobretudo dos praticantes mais jovens;
- 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.

3. CALENDARIZAÇÃO

De uma forma geral, todas as atividades relacionadas com a formação contínua e com a reciclagem de conhecimentos seguem uma lógica de formação ao longo do ano, procurando-se a distribuição equitativa dos conteúdos de formação nas diferentes disciplinas da nataçao. Aproveitar-se-á também a participação de equipas internacionais nas provas de âmbito nacional e internacional realizadas pela FPN para promover a partilha e discussão de ideias através do convite a um preletor/treinador internacional presente na competição.

Âmbito	TEMÁTICA	Nº ações
Natação Pura (NP)	Ensino	26
	Treino	12
	Treino AC	2
Polo Aquático (PA)	Ensino	2
	Treino	6
	Treino AC	1
Natação Artística (NArt)	Ensino	2
	Treino	6
Águas Abertas (AA)	Ensino	2
	Treino	2
Natação Adaptada (NA)	Ensino	3
	Treino	2
Outros	-	3
Arbitragem	NP	16
	PA	3
	NArt	2
	NA	2
	AA	2

Formação Quadro 1 – Calendarização AF



CONSELHO NACIONAL DE ARBITRAGEM

1. OBJETIVOS

Face ao exposto no artigo n.º 4 do Regulamento de Arbitragem, o Conselho Nacional de Arbitragem, de acordo com as suas funções de gestão administrativa, funcional/operacional e técnica para as diferentes disciplinas que apresenta para o próximo ano de 2018 os objetivos que se propõe a alcançar bem como as linhas orientadoras da sua gestão que se enumeram:

- Definição dos quadros nacionais de árbitros das diferentes disciplinas.
- Apresentação do novo modelo de pagamento aos árbitros das disciplinas de NP, AA, N. Artística, NA, valorizando o ato de arbitrar.
- Apoiar todas as propostas de participação de árbitros portugueses nas competições internacionais.
- Facilitar o acesso a formação dos Árbitros Nacionais e Internacionais, de forma a possuir habilitação para poder integrar as listas FINA.
- Promover a formação de árbitros de acordo com as necessidades das associações (casos excecionais).
- Proceder à organização dos cursos para obtenção da categoria Nacional das disciplinas que se justifique essa necessidade.
- Fundir o percurso de progressão de árbitro de natação pura com o de natação adaptada
- Fornecer a todos os árbitros do quadro da FPN, o equipamento.
- Promover reuniões regulares entre CNA em CRAs.
- Definição de critérios para:
 - -Nomeações de Árbitros Internacionais.
 - -Avaliação do Juiz Árbitro e Delegado às provas.
- Proporcionar a todos os árbitros a credencial de acesso às provas.



2. NATAÇÃO PURA

Está previsto a realização de 8 provas:

- Fase de qualificação para a 3ª Divisão. – 27 de outubro, Ponte de Barca
- Campeonato Nacional de 3ª Divisão – 1 de dezembro, Abrantes
- Campeonato Nacional de 2ª Divisão – 8 e 9 de dezembro, Santo António dos Cavaleiros
- Campeonato Nacional de Juniores e Seniores, Piscina Curta – 21 a 23 de dezembro, Felgueiras
- Campeonato Nacional de Juvenis, Juniores e Seniores. Absolutos – 04 a 07 de abril Coimbra (COP)
- Campeonato Nacional de 1ª Divisão – 13 e 14 de abril, Oeiras (Jamor).
- Campeonato Nacional de Infantis – 26 a 28 julho, Loulé.

Campeonatos Nacionais de Juvenis, Campeonatos Absolutos de Portugal e Open de Portugal 1 a 4 de agosto, Madeira.

3. ÁGUAS ABERTAS

Está previsto a realização de três (3) provas:

- Campeonato Nacional de Longa Distância – 24 de fevereiro, Porto (Campanhã)
- Campeonato Nacional de 10km, 7.5km, 5 km e 1.5km – 18 e 19 de maio, Portimão.
- Campeonato Nacional de 5km e 3 km Masters – 29 de junho, Montalegre (barragem do Rabaçal)

4. PÓLO AQUÁTICO

Após o término da época 2017/18 em que, após vários anos de interregno se conseguiu realizar na zona Centro/ Sul do País um curso para Árbitros na modalidade, começando assim a colmatar a falta dos mesmos na zona Centro/ Sul, ainda teremos no decorrer deste ano (09 a 11 novembro) uma clínica FINA SCOOHOL for REFEREES no Porto, soluções que consideramos de vital importância e necessárias para o “crescer” da modalidade.



No entanto, consideramos que ainda há muito trabalho a realizar, nomeadamente no acompanhamento/ reciclagem dos Árbitros existentes, pelo que é nosso objetivo a curto prazo criar “sessões de esclarecimento/ Cursos de reciclagem”. Estas ações deveriam começar já com o início da época, e serem ministradas quer por formadores Portugueses, quer por formadores estrangeiros, a fim de elucidar sobre as “tendências” das futuras alterações em termos das regras do jogo, e sobre as corretas interpretações das regras existentes.

Esta nova época vai abarcar mais equipas a disputarem os diversos campeonatos da modalidade, um reflexo natural do crescimento da modalidade no nosso País. Não podemos esquecer que para que este crescimento seja “saudável”, o mesmo deverá ser acompanhado pelo crescimento do número de Árbitros, Juizes e Oficiais em todo o País, e para que este crescimento seja homogéneo e transversal, as ações de formação em todo o País deverão ser ministradas pelos mesmos formadores.

5. NATAÇÃO ARTÍSTICA

Durante o Ano civil de 2019 estão previstas a realização de (3) provas:

- Campeonato Nacional de Inverno – 30 e 31 de março de 2019, Coruche;
- Campeonato Nacional de Verão – Open de Portugal – 05 a 07 de julho de 2019, Santo António dos Cavaleiros.
- Campeonato Nacional de Figuras em local a designar.

Os objetivos pretendidos para a Natação Artística, são:

- Promover a formação da arbitragem na disciplina com a atualização e reforço da formação dos juizes;
- Enquadrar os Planos de Formação com as reais necessidades detetadas;
- Solicitar, atendendo ao reduzido número de provas nacionais, um maior envolvimento dos Conselhos Regionais de Arbitragem no sentido de auscultação de necessidades, envolvimento nas decisões passíveis de



partilha levando a uma contínua melhoria da arbitragem da natação Artística.

- Criar e alargar o quadro nacional de juizes de Natação Sincronizada, em todas as categorias;
- Melhorar o sistema de avaliação de desempenho dos juizes em situação de prova com auxilio dos juizes internacionais, do juiz árbitro e do vogal do CNA para a modalidade;
- Apoiar a presenç a de árbitros em formações internacionais, Synchro Schools, Clínicas Fina, etc, com vista ao ingresso ou manutenção de árbitros portugueses nas listas da FINA e da sua presenç a destes em provas internacionais;
- Proporcionar a presenç a de árbitros na Taça COMEN de Natação Sincronizada e noutras competições internacionais;
- Promover e organizar 3 momentos de formação:
 - Ação de Reciclagem para todos os juizes pertencentes ao quadro nacional (distritais, nacionais e internacionais) no início da « poca desportiva.
 - Curso Nacional de Arbitragem para árbitros da categoria Distrital;
 - Curso Complementar de Arbitragem para juizes distritais.

6. MASTERS

Está previsto a realização de duas (2) provas:

- Open de Inverno – 18 a 20 de janeiro 2019, Mealhada.
- Campeonato nacional. Open de verão de masters – 19 a 21 de julho, local ainda por definir.

7. NATAÇÃO ADAPTADA

Está previsto a realização de (2) duas provas:

- Campeonato Nacional de Inverno de Natação Adaptada - 16 e 17 fevereiro, Guarda.
- Campeonato Nacional de Verão de Natação Adaptada - 11 e 12 de maio, Oeiras (Jamor)



MARKETING E COMUNICAÇÃO

Com base nos objetivos e compromissos para o próximo ano 2019, considerou-se importante investir nas várias áreas, nomeadamente:

Plataformas de Comunicação:

A notoriedade e o envolvimento têm vindo a crescer sobretudo através do trabalho feito nos nossos canais online (Facebook, website, twitter, Instagram). Como tem vindo a ser observado em anos anteriores, a plataforma onde a FPN se destaca apresentando maior número de seguidores e envolvimento por parte dos mesmos é o Facebook, é por isso importante continuar a apostar nesta plataforma, mas também é preciso perceber qual o caminho que a FPN deve seguir no que toca ao desenvolvimento de outras redes sociais como o Instagram e Twitter, sabendo que o público em cada uma pode ser diferente e/ou ter exigências diferentes.

Para além das redes sociais, em 2018, a FPN lançou mais uma plataforma online, a Natação TV, com o objetivo de criar um ainda maior envolvimento com a sua comunidade, fomentar o interesse nas várias disciplinas para pessoas de fora e em consequência atrair mais e melhores patrocínios. Esta nova plataforma, demonstrou num curto espaço de tempo ter um enorme potencial a ser explorado, podendo utilizar as redes sociais como difusores de toda a informação colocada nesta nova plataforma. Desta forma um dos objetivos passa por traçar um plano estratégico a seguir, de forma a alcançar cada vez mais e melhor notoriedade nas várias disciplinas e na marca FPN, podendo não só trazer novas pessoas à comunidade como interessar novas parcerias.

Audiovisual / Streaming

À semelhança do já desenvolvido nos anos transatos é importante continuar a investir no melhoramento do serviço audiovisual nas várias competições da FPN, criando assim um espetáculo cada vez mais dinâmico, atraindo também mais público para dentro das piscinas e para as transmissões streaming.



Com esta nova plataforma, a Natação TV, temos a necessidade de lançar constantemente novos conteúdos audiovisuais, para que de uma forma mais dinâmica e próxima, a comunidade natatória possa ter acesso às notícias de todas as disciplinas. Assim, a FPN irá desenvolver um magazine mensal onde promoverá todas as suas atividades e disciplinas.

O streaming, em particular, será a grande aposta em alguns dos eventos desportivos da FPN, sendo que o objetivo é aumentar, sucessivamente, o número e a qualidade das transmissões.

Patrocínios e parcerias

Desde o início de 2018 a FPN tem vindo a focar-se no estabelecimento de grandes parcerias, através da apresentação de propostas diferenciadoras, desenhadas e apresentadas com base nas necessidades, objetivos e calendários de cada um dos potenciais interessados. Com isto, pretende-se suprimir uma das grandes lacunas da FPN, a obtenção de apoios externos.

Em complemento está a ser realizada uma análise exaustiva das atuais parcerias, procurando assim tornar todo o espaço publicitário mais exclusivo, menos *mainstream* e mais valioso.

Atualmente está também a ser desenvolvido um projeto, em conjunto com o programa Promotor, com o intuito de criar uma campanha de divulgação para os benefícios e mais valias do mecenato desportivo.



DOCUMENTAÇÃO E ARQUIVO HISTÓRICO

O trabalho de tratamento e organização do Arquivo Histórico da FPN foi iniciado em 2017, continuando no ano de 2018 e indo prosseguir no ano de 2019.

Neste ano, vai continuar o processo de seleção do material (a concluir neste ano) e digitalização daquele que deverá ser conservado.

Dentro deste procedimento, será feita a digitalização do arquivo que se encontra microfilmado e das fotografias que existem em papel, integrando-as no arquivo de imagem da FPN.

A nível da página da FPN na Internet, será inserido o histórico de provas FPN e provas internacionais.



GABINETE JURÍDICO

Em 2019, o Gabinete Jurídico propõe-se continuar a desenvolver o trabalho quotidiano de assessoria jurídica transversal a todos os sectores de atividade da FPN que solicitem a sua intervenção, informação e parecer.

O Gabinete Jurídico apresentará, sempre que se mostre necessário, propostas de alteração e ou de revisão pontual dos regulamentos da FPN.

O Gabinete Jurídico manterá a colaboração próxima com os Conselhos de Justiça e de Disciplina, designadamente, para efeitos de instrução de processos disciplinares a submeter à jurisdição daqueles órgãos jurisdicionais e acompanhamento da execução das decisões proferidas e das sanções aplicadas no âmbito dos mesmos, impondo-se referir, a título meramente informativo, que, na época desportiva 2017/2018, na disciplina de Polo Aquático, o Conselho de Disciplina proferiu 133 Acórdãos.

O Gabinete Jurídico assegurará o acompanhamento dos processos de contencioso judicial e de contencioso administrativo nos quais a FPN é, ou será, parte, bem como garantirá a gestão corrente de assuntos de índole jurídica emergentes do relacionamento com os diversos interlocutores federativos, nomeadamente, IPDJ, I.P., ADoP, Municípios, Associações Distritais, Clubes e fornecedores de bens e serviços, através do respetivo apoio jurídico, informativo, técnico e administrativo visando a legalidade dos atos praticados pelos Serviços e o seu regular funcionamento.



ORÇAMENTO PARA 2019



FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE NATAÇÃO ORÇAMENTO 2019

Gastos

Material desportivo

Taças, troféus e Medalhas	40 000,00	
Equipamento desportivo	<u>80 000,00</u>	120 000,00

Fornecimentos e Serviços Externos

Trabalhos especializados	195 000,00	
Vigilância e segurança	2 500,00	
Honorários	1 950 000,00	
Conservação e reparação	8 500,00	
Serviços bancários	3 500,00	
Materiais	20 000,00	
Energia e fluídos	6 000,00	
Deslocações e estadas	1 900 000,00	
Rendas e alugueres	75 000,00	
Comunicação	30 000,00	
Seguros	80 000,00	
Limpeza, higiene e conforto	2 000,00	
Outros serviços	<u>16 500,00</u>	4 289 000,00

Gastos com Pessoal

Remunerações	397 014,00	
Encargos sociais e outros	<u>90 000,00</u>	487 014,00

Gastos de depreciação e amortização

Ativos fixos tangíveis	<u>16 000,00</u>	16 000,00
------------------------	------------------	-----------

Outros gastos e perdas

Impostos	2 000,00	2 000,00
-----------------	----------	----------

Quotizações	20 000,00	20 000,00
--------------------	-----------	-----------

Apoios monetários concedidos

Associações regionais	308 485,00	
Praticantes, treinadores e outros agentes desportivos	<u>350 000,00</u>	658 485,00

TOTAL GASTOS

5 592 499,00



Rendimentos

Proveitos Associativos

Quotizações de filiação e inscrições	<u>223 150,00</u>	223 150,00
--------------------------------------	-------------------	------------

Rendimentos Suplementares

Publicidade	20 000,00	
Seguro desportivo/Portugal a Nadar	180 000,00	
Formação	<u>65 000,00</u>	
		265 000,00

Subsídios recebidos

Estado e Outros Entes Publicos

IPDJ - Instituto Português Desporto e Juventude	2 389 154,00	2 389 154,00
---	--------------	--------------

Outras entidades

COP - Comité Olímpico de Portugal	240 172,00	
CPP - Comité Paralímpico de Portugal	<u>117 950,00</u>	
		358 122,00

Outras entidades

1 610 173,00

1 610 173,00

Outros rendimentos

Outros	<u>746 900,00</u>	
		746 900,00

TOTAL RENDIMENTOS

5 592 499,00