

DEPARTAMENTO TÉCNICO



Programa de Actividades
Época 2007/2008

O trabalho a desenvolver pelas selecções regionais apontará sobretudo para melhorar a capacidade competitiva dos atletas com potencial para integrar as selecções nacionais e para uma eficaz detecção de talentos, assente num processo de observação e acompanhamento dos seleccionados. Esta ultima deverá ser considerada como uma estrutura decisiva do processo de formação, procurando efeitos directos não apenas na escolha dos melhores praticantes de cada geração, mas de igual modo sobre o conjunto de agentes de formação que deverão contribuir para a qualidade de preparação dos novos talentos.

Neste sentido, determinamos como objectivos gerais deste programa:

- a) a criação de um espaço de acompanhamento e desenvolvimento dos atletas nascidos em 1993, 1994 e 1995, potenciando o seu desenvolvimento qualitativo, através da participação num contexto mais evoluído de treino;
- b) observação sistemática e aprofundamento do conhecimento relativo aos jogadores detectados em contextos competitivos pelos seus clubes;
- c) criação de um espaço de participação/formação pelos tecnicos e dirigentes dos clubes regionais, numa perspectiva de maior aproximação ao projecto das selecções regionais;

- d) preparação das equipas para a participação nos quadros competitivos nacionais, a nível de selecções.

O Programa de Trabalho da Selecção Regional de Iniciados Masculinos, como espaço privilegiado de detecção de talentos, orientará a sua metodologia de treino de acordo com os seguintes parâmetros:

- a) aumento do volume de trabalho de coordenação;
- b) aumento do volume de trabalho tecnico-táctico (ataque e defesa) em regime de velocidade;
- c) introdução do trabalho sistemático de força e aumento da resistência aérobica;
- d) aumentar o volume de trabalho dos GR;
- e) melhoria da qualidade treino (ritmo, intensidade e densidade);
- f) aumentar o volume de trabalho individualizado;
- g) avaliação periódica da aptidão física e parâmetros antropométricos.

Em termos de recursos humanos, a gestão do Centro Regional de Treino será desenvolvida da seguinte forma:

Coordenador Técnico: prof. João Santos (DTR)

Secretário Técnico: Américo Manteigas

Treinadores: prof. Ricardo Palma e Rui Oliveira

De acordo com o Plano de Actividades a implementar, o projecto «Centro Regional de Treino» terá a seguinte previsão orçamental, em termos de custos.

Área / Centro de custos	Custo previsto (em euros)
Enquadramento técnico	2250
Equipamento	480
Material Desportivo	450
Transportes *	1650
Alimentação *	1320
Outros	150
Total	6300

* valores variáveis em função dos quadros competitivos

PLANO DE TRABALHO – SELECÇÃO INICIADOS MASCULINOS

Data	Horário	Local	Acção	Obs.
1 Out	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
8 Out	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
15 Out	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
22 Out	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
26 Out	20h-22h	Pav.Mun.Torre Marinha	Treino	
27 Out	A definir	A definir	Jogo	
29 Out	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
1 Nov	A definir	A definir	Jogo	
12 Nov	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
26 Nov	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
1 Dez	A definir	A definir	Jogo	
3 Dez	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
17 Dez	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	Mini-Estágio (treino diário)

Data	Horário	Local	Acção	Obs.
18 Dez	10h-12h e 16h-18h	Pav.Mun.Alto Moinho	Treino	Mini-Estágio (treino Bidiário)
21 Dez	20h-22h	Pav. Mun.Torre Marinha	Treino	
23 Dez	A definir	A definir	Jogo	
14 Jan	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
28 Jan	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
11 Fev	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
15 Fev	20h-22h	Pav.Mun.Torre Marinha	Treino	
17 Fev	A definir	A definir	Jogo	
25 Fev	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
2 Mar	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
10 Mar	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
14 Mar	20h-22h	Pav.Mun.Torre Marinha	Treino	
15 Mar	A definir	A definir	Jogo	
7 Abr	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
14 Abr	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	

Data	Horário	Local	Acção	Obs.
28 Abr	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Jogo – Treino	
1-4 Maio	A definir	A definir	Jogos – 2ª Fase	
12 Maio	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
26 Maio	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
2 Jun	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
9 Jun	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
16 Jun	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
23 Jun	20h-22h	Pav.Esc. Alfredo Reis Silveira	Treino	
26-29 Jun	A definir	A definir	Jogos - Fase Final*	

* Em caso de não apuramento para a Fase Final, a planificação alterar-se-á a partir de 12 de Maio.

SELECÇÃO REGIONAL DE INICIADOS MASCULINOS

LISTA DE JOGADORES

Nome	CIPA	Clube	P.Específico
Ademar Neto	183654	JAC	LD/PD
Bruno Sousa	182821	V.Setúbal	PD/LD
Cinca Sebastian	178306	JAC	LE
Cláudio Santos	159244	V.Setúbal	LD/LE
Daniel Esteves	159245	V.Setúbal	PE
Diogo Oliveira	172521	A.Moinho	LD/LE
Eduardo Cruz	158782	A.Moinho	GR
Francisco Monteiro		Q.Nova	LD
Gonçalo Trancoso	182878	V.Setúbal	Piv
João Miguel Pinto	174822	V.Setubal	GR
João Ribeiro	166004	V.Setúbal	PE/PD
José Diogo Soares	150609	A.Moinho	LD/LE/C
José Machuqueiro	149369	V.Setúbal	C
Leonardo Viegas	178391	IFC Torrense	Piv
Marco Matos		Q.Nova	Piv/LE
Miguel Gouveia	150612	A.Moinho	Piv
Pedro Lopes	166503	IFC Torrense	PE
Pedro Santana	178308	JAC	GR
Wilson Vicente	175571	U.Progresso	C