

DEPARTAMENTO DE SELEÇÕES (Nº 59/2019)

Aos Associados da FNK-P,

Lisboa, 16 de dezembro de 2019

Assunto: **Projeto de Prospeção e Detecção de Talentos 2019/2020**

Treino Aberto dos Escalões de Formação – Iniciado e Juvenil (21 de dezembro) / K OPEN DAY

Exmos. Srs.,

No âmbito do projeto de prospeção e deteção de talentos oportunamente divulgado pelo departamento de seleções, ofício nº 4/2019, de 24/01/2019, vamos promover novo **Treino Aberto dos Escalões de Formação – Iniciado e Juvenil**, Kata e Kumite, no próximo dia **21 de dezembro**, no Pavilhão de Atividades Económicas Desportivas e Culturais, Rua de Leiria, Zona Desportiva de Pombal, 3100-435 Pombal, conforme condições específicas abaixo designadas.

Na génese do projeto de prospeção e deteção de talentos procuramos garantir o respeito pelas etapas de crescimento e desenvolvimento dos atletas, adaptando-as às características individuais dos mesmos e apoiados nas diversas áreas científicas ligadas ao processo de treino a longo prazo.

Com este projeto pretendemos proporcionar mais-valias aos agentes desportivos da modalidade, implementar um conjunto de medidas que cheguem de forma construtiva, organizada, sistematizada e planeada a grupos de atletas em formação. Pretendemos identificar e implementar as medidas consideradas oportunas na aquisição de competências transversais que garanta uma carreira desportiva a longo prazo e preferencialmente a obtenção de elevada performance competitiva na fase adulta.

Acreditamos que o investimento em contexto de grupo e sob condições semelhantes poderá aumentar exponencialmente o potencial do sucesso do mesmo no futuro.

Critério de integração no Treino Aberto dos Escalões de Formação FNKP

- 1) Atletas federados do escalão **iniciado (10-11 anos)** ou **juvenil (12-13 anos)**, em Kata ou Kumite, época desportiva 2019/2020, que reúnam condições de exceção de âmbito físico, técnico, tático, psicológico e sócio-cultural, conforme parâmetros de avaliação.

Para a avaliação das condições técnico-desportivas serão considerados os seguintes parâmetros:

- 1) Avaliação do fator de treino físico, capacidades coordenativas (agilidade, coordenação, equilíbrio e destreza) e capacidades condicionais (flexibilidade muscular e articular, velocidade de execução, velocidade de reação, força rápida, impulsão vertical e horizontal)
- 2) Avaliação do fator de treino técnico, posição base fundamental kihon-kata (zenkutsudachi e shikodashi), posição do trem superior (organização postural do tronco, cabeça e orientação dos MS e mão), e posição base fundamental em Kumite (organização segmentar, postura do tronco, cabeça, grau de flexão e orientação dos MI, amplitude entre os membros, grau de flexão e orientação dos MS)
- 3) Avaliação do fator de treino tático, (análise e tomada de decisão em ações duais simples)
- 4) Avaliação do fator de treino psicológico (capacidade motivacional para integração e manutenção no projeto, o próprio, treinadores, dirigentes, pais e professores)

- 5) Avaliação do fator de treino social a axiológico (nível de rendimento escolar, rendimento desportivo, ambiente familiar, relacionamento entre pares e cumprimento de regras)

Para o referido treino, os treinadores devem acompanhar os seus atletas de KARATEGI, coadjuvando a equipa técnica na aplicação dos conteúdos, conforme programa apresentado.

PROGRAMA

- 10:00 – 11:00 KATA – Pavilhão de Atividades Económicas Desportivas e Culturais
11:00 – 12:00 KUMITE – Pavilhão de Atividades Económicas Desportivas e Culturais
- 14:30 – 15:30 KATA – Pavilhão da Caldeira
- 16:00 – 16:15 CERIMÓNIA OFICIAL – Pavilhão de Atividades Económicas Desportivas e Culturais
16:15 – 16:45 AULA SOLIDÁRIA – Campanha de Promoção de Ética e Fair Play
ENTRADA: 1 BRINQUEDO USADO
- 16:45 – 17:45 KUMITE – Pavilhão da Caldeira

Os atletas estão obrigados a ter seguro e exame médico desportivo atualizado, assim como, a munir-se de **todas as proteções obrigatórias**, previstas em regulamentação própria.

Por fim, aproveitamos para convidar os atletas envolvidos, treinadores e encarregados de educação a participar na AULA SOLIDÁRIA – KARATEXEMPLO, no âmbito da Campanha de Promoção de Ética no Desporto do PNED/IPDJ e inserida nas atividades do K OPEN DAY. A participação nesta iniciativa é gratuita, aberta a todos os agentes desportivos, pais e amigos da modalidade, e tem um carácter exclusivamente solidário, através da entrega de um brinquedo “usado” criando em cada um de nós o sentido de responsabilidade na reutilização de brinquedos.

Os brinquedos adquiridos serão doados à instituição de solidariedade “AMIGOS DA ANITA”, que tem a colaboração da Câmara Municipal de Pombal.

Contamos com a vossa presença e espírito solidário, que tão bem caracteriza os praticantes do Karate-Do.

Com os melhores cumprimentos,

O Diretor do Departamento Seleções da FNK-P,



(João Pereira)

O Diretor Técnico Nacional Desportivo,



(Joaquim Gonçalves)

NOTA – Anexamos lista com 2 páginas dos atletas participantes no PPDT 2018/2019



FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL

Utilidade Pública Desportiva e Utilidade Pública

(DR. 213, IIª Série 14 de Setembro de 1995 e DR. 15, IIª Série 18 de Janeiro de 1996)
NIPC 503 027 120

FEDERAÇÃO NACIONAL
PORTUGAL

Rua do Cruzeiro, n.º 11 A – 1300-160 Lisboa – PORTUGAL

Tel.: +351 967 162 645 GPS: 38.707464,-9.191960

Email: fnkp@fnkp.pt Site: www.fnkp.pt Email Dep: seleccoes@fnkp.pt

N.º	NOME	ASSOCIAÇÃO	CLUBE	ESCALÃO	CATEGORIA
1	ANA OLIVEIRA	AKRAM	ASKKSA	INICIADO	KATA
2	ANAMAR FERREIRA	NPK	CKGP	INICIADO	KATA
3	CAROLINA FERNANDES	OPKS	LSC	INICIADO	KATA
4	EMA FERNANDES	APKS	SCC	INICIADO	KATA
5	FRANCISCA MARQUES	APKS	CSKD	INICIADO	KATA
6	FRANCISCA PINTO	NPK	CKGP	INICIADO	KATA
7	GONÇALO COELHO	AKRAM	ASKKSA	INICIADO	KATA
8	GUSTAVO PEREIRA	APKS	SCC	INICIADO	KATA
9	INÉS TAVARES	APKS	SCC	INICIADO	KATA
10	IRIS MATOS	NEKP	NEKP	INICIADO	KATA
11	ISABELLA PINTO	UDKS	AKSA	INICIADO	KATA
12	JOAQUIM ALVES	APKS	CSKD	INICIADO	KATA
13	LARA MAGALHÃES	OPKS	LSC	INICIADO	KATA
14	LEONOR GONÇALVES	AWIKP	SC BRAGA	INICIADO	KATA
15	MARIA JOÃO SILVA	NEKP	NEKP	INICIADO	KATA
16	MATEUS CAMPANACHO	ANKP	EKPM	INICIADO	KATA
17	RAFAEL MONTEIRO	ANKP	CARTAXO	INICIADO	KATA
18	RAFAEL RODRIGUES	APKS	CSKD	INICIADO	KATA
19	RITA MARQUES	NPK	CKGP	INICIADO	KATA
20	RODRIGO JESUS	UKA	KCF	INICIADO	KATA
21	SANTIAGO FERNANDES	APKS	SCC	INICIADO	KATA
22	TIAGO VILAS BOAS	APKS	CSKD	INICIADO	KATA
23	TOMÁS OLIVEIRA	APKS	SCC	INICIADO	KATA
24	VICTORIA BAZYUK	ISP-ANK	NKS	INICIADO	KATA
25	AFONSO BATISTA	APKS	SCC	JUVENIL	KATA
26	DIOGO SANTOS	NPK	CKGP	JUVENIL	KATA
27	DIOGO VEIA	NPK	CKGP	JUVENIL	KATA
28	EMMA BARROS	AWIKP	SC BRAGA	JUVENIL	KATA
29	HENRIQUE MARTINS	CPK	GCV	JUVENIL	KATA
30	JOÃO VIEIRA	NPK	CKGP	JUVENIL	KATA
31	LARA CARVALHO	OPKS	LSC	JUVENIL	KATA
32	LARA TEIXEIRA	LPK	WOLFPACK	JUVENIL	KATA
33	LEONARDO OLIVEIRA	OPKS	LSC	JUVENIL	KATA
34	LETÍCIA INACIO	NPK	CKGP	JUVENIL	KATA
35	LUÍS VINAGRE	ANKP	CARTAXO	JUVENIL	KATA
36	MARGARIDA RODRIGUES	MSK	GMDMB	JUVENIL	KATA
37	MARIA TERESA ALVES	ANKP	EKPM	JUVENIL	KATA
38	MARIANA LOPES	ISP	HCM	JUVENIL	KATA
39	NADJA PINTO	AKRAM	ASKKSA	JUVENIL	KATA
40	PEDRO MATOS	UKSP	EKE	JUVENIL	KATA
41	TOMÁS MACHADO	UKA	KCF	JUVENIL	KATA
42	DIANA SILVA	AWIKP	KCC	INICIADO	KUMITE
43	DINIS MORIM	CPK	CKA	INICIADO	KUMITE
44	EMA FERNANDES	APKS	SCC	INICIADO	KUMITE
45	FRANCISCA MARQUÊS	APKS	CSKD	INICIADO	KUMITE
46	FRANCISCO OLIVEIRA	APKS	SCC	INICIADO	KUMITE
47	GUILHERME GOMES	CPK	CKA	INICIADO	KUMITE
48	GUSTAVO PEREIRA	APKS	SCC	INICIADO	KUMITE
49	JOAQUIM ALVES	APKS	CSKD	INICIADO	KUMITE

Filiada

Federação Mundial de Karate (WKF) – Federação Europeia de Karate (EKF)

Confederação do Desporto de Portugal (CDP) – Comité Olímpico de Portugal (COP) – Comité Paralímpico de Portugal (CPP)

FEDERAÇÃO NACIONAL DE KARATE – PORTUGAL



Utilidade Pública Desportiva e Utilidade Pública
(DR. 213, IIª Série 14 de Setembro de 1995 e DR. 15, IIª Série 18 de Janeiro de 1996)
NIPC 503 027 120

FEDERAÇÃO NACIONAL
PORTUGAL

Rua do Cruzeiro, n.º 11 A – 1300-160 Lisboa – PORTUGAL
Tel.: +351 967 162 645 GPS: 38.707464,-9.191960
Email: fnkp@fnkp.pt Site: www.fnkp.pt Email Dep: seleccoes@fnkp.pt

50	LEONOR GONÇALVES	AWIKP	SC BRAGA	INICIADO	KUMITE
51	MANUEL BENTO	AWIKP	CRPC	INICIADO	KUMITE
52	MATEUS CAMPANACHO	ANKP	EKPM	INICIADO	KUMITE
53	RAFAEL MONTEIRO	ANKP	CARTAXO	INICIADO	KUMITE
54	RAFAEL RODRIGUES	APKS	APKS	INICIADO	KUMITE
55	RODRIGO JESUS	UKA	KCF	INICIADO	KUMITE
56	SANTIAGO FERNANDES	APKS	SCC	INICIADO	KUMITE
57	TIAGO SILVA	AWIKP	CRPC	INICIADO	KUMITE
58	TIAGO VILAS BOAS	APKS	CSKD	INICIADO	KUMITE
59	TOMÁS OLIVEIRA	APKS	SCC	INICIADO	KUMITE
60	VICTORIA BAZYUK	ISP-ANK	NKS	INICIADO	KUMITE
61	AFONSO BATISTA	APKS	SCC	JUVENIL	KUMITE
62	AFONSO DUARTE	APKS	SCC	JUVENIL	KUMITE
63	AFONSO GUIMARÃES	CPK	CKA	JUVENIL	KUMITE
64	AJNDRÉ SALSA	AWIKP	SC BRAGA	JUVENIL	KUMITE
65	ANA BONIFÁCIO	AWIKP	EKWJS	JUVENIL	KUMITE
66	BRUNA SANTOS	AWIKP	AK WADO	JUVENIL	KUMITE
67	DANIEL CASAL	LPK	FUSÕES	JUVENIL	KUMITE
68	DAVID DIAS	CPK	CKA	JUVENIL	KUMITE
69	EDUARDO CAVALCANTE	LPK	FUSÕES	JUVENIL	KUMITE
70	EVA FLORES	CPK	CKA	JUVENIL	KUMITE
71	GUSTAVO OLIVEIRA	LPK	FUSÕES	JUVENIL	KUMITE
72	HENRIQUE MARTINS	CPK	GCV	JUVENIL	KUMITE
73	JOSÉ GOUVEIA	LPK	FUSÕES	JUVENIL	KUMITE
74	LARA CARVALHO	OPKS	LSC	JUVENIL	KUMITE
75	LARA HERNANDEZ	LPK	MURCHES	JUVENIL	KUMITE
76	LAURA LOPES	APKS	SCC	JUVENIL	KUMITE
77	LUCIANO NOVO	CPK	CKA	JUVENIL	KUMITE
78	LUÍS VINAGRE	ANKP	CARTAXO	JUVENIL	KUMITE
79	MADALENA PARRACHO	ANKP	EKPM	JUVENIL	KUMITE
80	MARTA GUIMARÃES	CPK	CKA	JUVENIL	KUMITE
81	PEDRO MENDONÇA	AWIKP	CRPC	JUVENIL	KUMITE
82	PEDRO RIBEIRO	CPK	CKA	JUVENIL	KUMITE
83	TOMÁS MACHADO	UKA	KCF	JUVENIL	KUMITE

Filiada

Federação Mundial de Karate (WKF) – Federação Europeia de Karate (EKF)
Confederação do Desporto de Portugal (CDP) – Comité Olímpico de Portugal (COP) – Comité Paralímpico de Portugal (CPP)