

A person wearing a red and white striped shirt and dark shorts is holding a shuttlecock. The person is wearing a black watch on their left wrist. The background is a yellow court floor.

FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE BADMINTON

# MANUAL DE CANDIDATURA PAAR

PROGRAMA DE APOIO AO ALTO RENDIMENTO

## 1. Introdução

A Federação Portuguesa de Badminton (FPB) acredita que para responder às exigências do processo de treino de alto rendimento, visando a obtenção de resultados desportivos de relevo a nível internacional, é necessário reunir as condições excecionais de preparação e uma estrutura de apoio a atletas com elevado potencial.

Assim, de forma a disponibilizar a todos os praticantes de elevado nível desportivo as melhores condições de treino, a Federação Portuguesa de Badminton criou em 2021 o Programa de Apoio ao Alto Rendimento (PAAR), no Centro de Alto Rendimento (CAR) de Badminton em Caldas da Rainha, proporcionando, por períodos variáveis de tempo de acordo com a disponibilidade dos atletas, acesso a condições de treino de excelência, grupo de treino ou treino individualizado, planeamento e acompanhamento de treinos por parte da Equipa Técnica Nacional, campos de treinos internacionais, acesso a ginásio, sessões de fisioterapia, alojamento na Residência FPB e outras valências importantes para o desenvolvimento da performance do atleta.

A FPB pretende dar continuidade ao trabalho desenvolvido lançando, a par das candidaturas à Unidade de Apoio ao Alto Rendimento na Escola (UAARE), as diretrizes para as candidaturas PAAR para o ano letivo 2022/2023.

## 2. Objetivos

- Criar condições de treino privilegiadas no sentido de serem alcançados resultados desportivos de nível internacional;
- Desenvolver um papel ativo na formação pessoal e social do atleta de acordo com as exigências e parâmetros de qualidade do alto rendimento desportivo, promovendo o fair play, o respeito pelas regras, o jogo limpo, o respeito pelo próximo, a amizade, a ajuda, a responsabilidade, o respeito pelo corpo e o bem-estar físico e psicológico;
- Proporcionar condições de apoio privilegiadas ao atleta nas valências médicas, de fisioterapia e de nutrição, através dos serviços disponibilizados de parceiros da FPB.

## 3. População-Alvo

O Programa de Apoio ao Alto Rendimento contempla duas populações-alvo:

- Atletas da Unidade de Apoio ao Alto Rendimento na Escola (UAARE) que frequentam a Escola Rafael Bordalo Pinheiro nas Caldas da Rainha (Residentes ou Não Residentes)
- Outros Atletas (Residentes e Não Residentes)

#### 4. Modalidades de Frequência do PAAR

Os atletas que venham a integrar o PAAR poderão fazê-lo numa das diferentes modalidades de frequência à disposição pela FPB:

A – Atletas com treinos regulares com 8 horas ou mais/semana:

- A1 residente na Residência FPB
- A2 residente no concelho de Caldas da Rainha e concelhos limítrofes (tem as mesmas regalias e direitos dos Atletas A1, sem acesso ao alojamento e refeições)

B – Atletas com treinos regulares com menos de 8 horas/semana

C – Atletas com treinos ocasionais de acordo com a sua disponibilidade e/ou necessidade

#### 5. Critérios de Seleção

##### 5.1 Critérios Gerais

O processo de Seleção dos candidatos irá obedecer à análise avaliativa de um processo de candidaturas de acordo com os seguintes critérios gerais:

- Atletas filiados na FPB;
- Atletas com 15 anos ou mais no final de 2022 (casos excecionais serão analisados pela Equipa Técnica Nacional bem como pelo Responsável na Direção FPB pelo PAAR);
- Estatuto de Alto Rendimento ou reconhecido talento para a prática do Badminton;
- Elevado nível de responsabilidade e organização para a convivência em treino e/ou residência;
- Aceitar e cumprir o Regulamento PAAR (ver documentos anexos).

##### 5.2 Critérios Específicos

Para além dos critérios gerais, são a considerar os seguintes critérios diferenciados por níveis de prioridade:

- i. Atletas que, à data da receção da candidatura, estejam integrados por via de resultado direto, num dos níveis do PPO ou PEO ou PSO do Comité Olímpico de Portugal OU PPP ou PETP do Comité Paralímpico de Portugal;
- ii. Atletas que, à data da receção da candidatura, possuam estatuto de Alto Rendimento;
- iii. Atletas a partir dos 15 anos ou a frequentar o 9º ano de escolaridade, que integraram as seleções nacionais entre o dia 1 de janeiro de 2021 e a data da receção da candidatura, cujo nível competitivo permita vir a representar Portugal ao mais alto nível (casos excecionais serão analisados pela Equipa Técnica Nacional);
- iv. Atletas cujo enquadramento técnico ou grupo de treino estejam comprometidos por fatores geográficos.

Caso o número de candidatos seja superior ao número de vagas prevalece o parecer da Equipa Técnica Nacional.

### 5.3 Curriculum Desportivo

Aquando da candidatura ao PAAR – Programa de Apoio ao Alto Rendimento, o atleta terá necessariamente de entregar um Curriculum Desportivo e Escolar (em caso de Aluno-A atleta UAARE).

## 6. Critérios de Manutenção

Para garantirem a permanência como atletas PAAR, os atletas terão de cumprir os seguintes requisitos:

- Garantir assiduidade aos treinos prescritos pelos treinadores, não faltando a mais de 2 treinos por mês;
- Garantir que o seu estado clínico está sempre atualizado;
- Cumprimento do projeto desportivo;
- Cumprimento dos Regulamentos FPB e PAAR aplicáveis;
- Integração no grupo de treino e boa relação com os colegas, com avaliação positiva da Equipa Técnica Nacional e colaboradores do PAAR;
- Frequência do Ensino Básico e Secundário / Formação técnico-profissional (pelo menos em metade das disciplinas correspondentes ao currículo do ano letivo da matrícula) com aproveitamento;
- Frequência do Ensino Superior (pelo menos em quatro disciplinas) com aproveitamento.

## 7. Enquadramento e Apoio

### 7.1. Enquadramento Técnico

Os Atletas a integrar o PAAR têm obrigatoriamente de ser enquadrados tecnicamente por um treinador devidamente habilitado como tal (nível 3 ou superior), com apoio diário nas situações de treino.

Poderá ainda existir para um enquadramento misto: FPB e Clubes, em moldes a acordar com a FPB.

### 7.2. Fisioterapia

- Os atletas PAAR usufruirão de três avaliações, uma imediatamente antes da retoma dos treinos (após a férias de verão) e as outras em altura a definir.
- Os atletas PAAR terão acesso a consultas/tratamentos de fisioterapia quinzenalmente.

### 7.3. Nutrição

- Os atletas PAAR terão acesso a consultas de avaliação das necessidades nutricionais, planificação e supervisão de planos alimentares, bem como aconselhamento nutricional realizado pela nutricionista que faz parte da equipa técnica da FPB.
- Os atletas PAAR Residentes terão direito a um menu mensal, planeado nutricionalmente, para todas as refeições a realizar na residência da FPB.

### 7.4. Serviço médico-desportivo e outros

- Os atletas PAAR usufruirão de consultas com o Diretor Clínico da FPB sempre que necessário de forma gratuita.
- O serviço médico-desportivo e outros poderá implicar o pagamento de uma taxa pela sua utilização (psicologia desportiva, exames médicos, etc)

### 7.5. Transportes e Deslocações

O atleta tem direito a usufruir do serviço de transporte FPB (treinos/residência/escola/fisioterapia), de acordo com o horário estipulado, sempre que não haja tempo útil para o fazer em autonomia.

Em casos excecionais e para os quais tenha existido uma comunicação prévia, será facultado transporte de acordo com a disponibilidade dos Serviços da FPB.

O atleta tem direito a usufruir do serviço de transporte TOMA (transporte urbano coletivo) e do Projeto Rainhas (bicicletas elétricas de uso partilhado) de forma gratuita (aplicável apenas aos atletas UAARE).

### 7.6. Sala de Estudo

No âmbito do PAAR/UAARE a FPB disponibilizará no CAR Badminton uma Sala de Estudo.

## 8. Cronograma do Processo de Candidaturas

- Divulgação do Manual de Candidaturas PAAR: 12 de Maio de 2022
- Data limite de envio das candidaturas PAAR – UAARE: 26 de Maio de 2022
- Candidatura PAAR: candidaturas abertas durante toda época desportiva 2022

## 9. Forma de Candidatura

Os atletas interessados deverão enviar a sua candidatura por e-mail para [geral@fpbadminton.pt](mailto:geral@fpbadminton.pt), onde deverá constar em anexo a Ficha de candidatura individual



devidamente preenchida, curriculum desportivo, carta de motivação e outros elementos que entendam como relevantes para a análise da mesma.

## 10. Anexos

- [Ficha de Candidatura PAAR](#)
- [Ficha de Candidatura PAAR-UAARE](#)
- [Regulamento PAAR](#)
- [UAARE – Perguntas Frequentes](#)

## 11. Contactos

Federação Portuguesa de Badminton  
Rua Júlio César Machado, nº80  
2500-225 Caldas da Rainha  
Telf. 262 839 020