

PROGRAMAÇÃO DO DEPARTAMENTO TECNICO PARA O SEGUNDO SEMESTRE - 2006

O Taekwondo brasileiro está passando por grandes transformações em sua estrutura administrativa e política. Nos últimos anos, devido a seriedade e profissionalismo de toda a estrutura da Confederação Brasileira de Taekwondo (CBTKD), foi possível otimizar a aplicação dos recursos repassados à entidade. O reflexo da organização administrativa da modalidade proporcionou a elevação do nível de competitividade dos atletas.

No primeiro semestre do corrente, podemos destacar duas ações fundamentais na seqüência evolutiva da modalidade. A primeira ação refere-se ao processo seletivo que culminou na escolha dos titulares da Equipe Olímpica Brasileira (EOP) 2006. A segunda ação é a de maior relevância, diz respeito à inédita participação da Seleção Brasileira em duas competições na Europa.

Para o segundo semestre a CBTKD investiu na aquisição de equipamentos para acompanhamento e controle de variáveis pertinentes ao rendimento esportivo, no desenvolvimento de programas sistemáticos de treinamento, intercâmbios e concentrações.

Todas as iniciativas propostas pela CBTKD, têm o objetivo de elevar o nível físico, técnico, tático, psicológico e nutricional dos atletas integrantes da EOP A e B. Buscando assim, oportunizar melhores condições para as seguintes competições: Jogos da Lusofônia, Campeonato Pan-Americano, Korea Open, World Cup Taekwondo, Jogos Sul-Americanos, Jogos Pan-Americanos 2007.

OBJETIVO GERAL

Oferecer aos atletas da EOP, uma eficiente estrutura para desenvolvimento físico, técnico, tático, psicológico. Proporcionando assim, plenas condições de competir em igualdade com as maiores potências do Taekwondo mundial.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar potencialidades e deficiências dos atletas.
- Otimizar a prescrição de treinamentos.
- Sistematizar o treinamentos físico, técnico, tático e psicológico.
- Elevar o nível técnico, tático e físico do atletas.
- Aprimorar os conhecimentos específicos de técnicos e treinadores.

JUSTIFICATIVA

A proposta de atividades para EOP no segundo semestre de 2006, justifica-se pela necessidade de realizar uma programação de treinamento capaz de elevar o desempenho físico, técnico-tático e psicológico dos atletas. Bem como, ampliar os conhecimentos e vivências de toda a comissão técnica para as futuras competições: Copa do Mundo, Jogos Sul-Americano, Campeonato Pan-Americano, Mundial 2007, Jogos Pan-Americanos 2007, além das seletivas Mundial e Regionais para os Jogos Olímpicos de Pequim 2008

PROGRAMAÇÃO

1ª CONCENTRAÇÃO EOP B x REPÚBLICA DOMINICANA

Local: São Paulo (Centro de Treinamento de São Bernardo do Campo)

Atletas: EOP-B e Seleção da Republica Dominicana

Data: 12 a 23 Junho de 2006

Cronograma:

Programação / Dias	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Apresentação	X									
Avaliação Física	X	X								X
Avaliação Médica		X								
Avaliação Nutricional		X								
Treino Físico			X	X		X		X		
Treino Técnico-Tático				X	X	X		X	X	X
Recuperação							X			

Obs: Os atletas terão que trazer todos seus materiais de proteção

1ª CONCENTRAÇÃO EOP A

Local: Belo Horizonte (Academia Lim Campeões)

Atletas: EOP A, Masculino

Data: 03 a 15 Julho de 2006

Cronograma:

Programação / Dias	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Apresentação	x												
Avaliação Física	x	x											x
Avaliação Nutricional		x	x										
Avaliação Psicológica			x										x
Treino Físico			x	x		x			x		x		
Treino Técnico-Tático				x	x	x		x	x	x	x		
Recuperação							x					x	

Obs : Os atletas terão que trazer todos seus materiais de proteção

2ª INTERCÂMBIO BRASIL X ARGENTINA

Local: Buenos Aires (Argentina)

Atletas: Selecionado EOP A e B (4 masc. / 4 fem.)

Data: 23 e 30 de Julho de 2006

Categoria: Olímpica Masculina e Feminina

2ª CONCENTRAÇÃO EOP A

Local: Belo Horizonte (Academia Lim Campeões)

Atletas: EOP A, Feminino

Data: 07 a 19 de Agosto

Cronograma:

Programação / Dias	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
Apresentação	x												
Avaliação Física	x	x											x
Avaliação Nutricional		x	x										
Avaliação Psicológica			x										x
Treino Fisico			x	x		x			x		x		
Treino Técnico-Tático				x	x	x		x	x	x	x		
Recueração							x					x	

Obs : Os atletas terão que trazer todos seus materiais de proteção

PRIMEIRA SELETIVA NACIONAL FECHADA

Local: Minas Gerais

Atletas: Classificados nas Seletivas Regionais e Seletiva Nacional Aberta

Data: 26 e 27 de Agosto de 2006

Sistema: Eliminatória Simples

Pesos: Categoria Olímpica

Obs.: Classificarão 3 atletas por categoria de peso Masculino e Feminino.

COMPETIÇÃO TREINO

Evento: Korea Open

Local : Coréia do Sul (Seul)

Atletas: EOP A que participarão do intercâmbio na Coréia (4 masc. / 4 fem.)

Data: 03 e 04 de setembro de 2006

WORLD CUP

Evento: Copa do Mundo

Local : Bangkok, Tailândia

Equipe: EOP A

Data: 14 e 17 de setembro de 2006

Retorno ao Brasil: 18/09/2006

3ª CONCENTRAÇÃO

Local: Minas Gerais

Data: 14 de setembro a 3 de outubro de 2006

Atletas: EOP A e B (participantes do Jogos da Lusofonia)

Cronograma:

Programação / Dias	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Apresentação	X									
Avaliação Física	X	X								X
Avaliação Médica		X								
Avaliação Nutricional		X								
Treino Físico			X	X	X	X		X		
Treino Técnico-Tático				X	X	X		X	X	X
Recuperação							X			

Obs: Os atletas terão que trazer todos seus materiais de proteção

1ª JOGOS DA LUSOFONIA

Evento: Campeonato entre países de Língua Portuguesa

Local: Macau, China

Atletas: Selecionado da EOP A e B (4 masc)

Data: 07 e 15 de Outubro 2006

Categoria: Olímpica Masculina 58kg, 68kg, 80kg e Acima de 80kg

SEGUNDA SELETIVA NACIONAL FECHADA

Participantes: Os atletas Campeões, Vice Campeões, Terceiros Colocados da Primeira Seletiva Fechada e Atletas da Equipe Olímpica Permanente B.

Local: Belo Horizonte (UFMG)

Data: 28 e 29 de Outubro de 2006

Sistema: Robin Round - todos contra todos

4ª CONCENTRAÇÃO

Local: Minas Gerais

Data: 04 e 13 de Novembro de 2006

Atletas: EOP A

Cronograma:

Programação / Dias	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Apresentação	X									
Avaliação Física	X	X								X
Avaliação Médica		X								
Avaliação Nutricional		X								
Treino Físico			X	X	X	X		X		
Treino Técnico-Tático				X	X	X		X	X	X
Recuperação							X			

Obs: Os atletas terão que trazer todos seus materiais de proteção

8º JOGOS SUL-AMERICANOS

Local: Buenos Aires (Argentina)

Data: 16 e 19 de Novembro de 2006

Atletas: EOP A

15º CAMPEONATO PAN-AMERICANO

Local: Buenos Aires (Argentina)

Data: 21 a 26 de Novembro de 2006

Atletas: EOP A

TERCEIRA SELETIVA NACIONAL FECHADA

Participantes: O Campeões de cada categoria de peso da segunda seletiva fechada e os Atletas da Equipe Olímpica Permanente A.

Local: Belo Horizonte (UFMG)

Data: 16 de Dezembro de 2006

Sistema: Robin Round - todos contra todos

OBS.: Classificação 2 atletas por categoria de peso masc. 58 kg, 68 kg, 80 kg, Acima de 80 kg, no fem 49 kg, 57 kg, 67 kg, Acima de 67 kg.

Certo da compreensão de todos, despeço-me e colocando-me ao inteiro dispor para qualquer esclarecimento.

Marcelino Soares Barros
Vice-Presidente Técnico CBTGD
CREF 007777-P/MG