



柔道

NOVA ALTERNATIVA
Um Novo Caminho!

JUDO
2023 - 2024

Candidatura à Federação Portuguesa de Judo
Período remanescente do presente mandato 2021-2024

LISTA DE CANDIDATOS AOS ÓRGÃOS SOCIAIS DA FEDERAÇÃO PORTUGUESA DE JUDO

Mesa da Assembleia Geral

Presidente: Paulo Esteves

Vice-Presidente: Sofia Soares

1.ª Secretária: Liliana Rainho

2.ª Secretária: Ana Filipa Leitão

1.º Suplente: Diogo João

2.º Suplente: Raul Leitão

Presidente

José Mário Cachada

Direção

Vice-Presidente: Pedro Caravana

Tesoureiro: Nuno Capucho

Secretária-Geral: Sandra Esteves

Vogal: Felismina Barros

1.ª Suplente: Sandra Cachinho

2.ª Suplente: André Soares

Conselho de Arbitragem

Presidente: Eduardo Garcia

Vogal: Luís Paz

Vogal: Jorge Vítor

Vogal: Ana Matrena

Vogal: José Chang

1.º Suplente: João Oliveira

2.º Suplente: Pedro Soares

Conselho Fiscal

Presidente: Helena Rute Barroso

Vogal: Jorge Simões

Vogal: José Vieira

1.ª Suplente: Marisa Cajeira

2.ª Suplente: Teresa Preta

Conselho de Disciplina

Presidente: José Simões

Vogal: Emanuel Simões

Vogal: Ana Luísa Guerreiro

Conselho de Justiça

Presidente: António Sá Gonçalves

Vogal: João Tenreiro

Vogal: Elvira Leal

MENSAGEM DO MANDATÁRIO

É com grande honra e sentido de responsabilidade que aceitei ser mandatário nacional da candidatura do Professor Doutor José Mário Cachada a presidente da Federação Portuguesa de Judo (FPJ).

Reconheço nele a capacidade, a humildade, a determinação, a resiliência, o humanismo e a nobreza de carácter capazes de alavancar esta candidatura.

A dedicação ao estudo e ao saber levou-o a fazer a licenciatura em Educação Física (opção de Futebol), no Instituto Superior de Educação Física do Porto (atual Faculdade de Desporto), mais tarde, o mestrado em Ciências do Desporto – Ramo de Gestão Desportiva - e o Doutoramento, na Faculdade de Desporto da Universidade de Porto.

O seu trajeto destaca-se pela singularidade e excelência educativa e desportiva, estudioso, frontal e decidido, tem uma capacidade de trabalho ímpar e uma vontade inquebrantável de integrar e valorizar todos os que com ele se cruzam. É um cidadão multifacetado, treinador de judo e futebol, professor de Educação Física na Escola Secundária Almeida Garrett, sendo que, atualmente, exerce as funções de Chefe de Divisão Municipal, da Divisão de Educação e Cultura, da Câmara Municipal de Espinho, de Professor Coordenador no ISCE Douro – Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro, de Presidente da direção da Associação dos Profissionais de Educação Física e de Desporto do Porto, embaixador do Plano Nacional de Ética no Desporto e, sem dúvida, a mais importante que é ser pai de quatro filhos extraordinários que veem nele o grande exemplo das suas vidas.

Esta candidatura representa o reconhecimento e a consciência da importância da atividade física e do desporto como fatores determinantes para a construção de uma sociedade mais humanizante, equitativa e inclusiva. Também pode ser entendida como uma candidatura nacional e de afirmação do desporto e da atividade física como fatores relevantes para uma melhor qualidade de vida e sustentabilidade.

Porque acreditamos no poder integrador e unificador do Desporto. Do desporto de alta competição ao desporto para todos. Dos grandes eventos desportivos às iniciativas que acolhem todos. Do desporto de formação aos eventos que envolvem toda a família.

Porque acreditamos no poder económico, sociológico, educativo e comunicacional do desporto, deve ser também entendida como uma candidatura nacional e de afirmação do desporto e da atividade física como fatores relevantes na agenda política do nosso país. Juntos somos uma candidatura que valoriza o desporto para promover os valores da amizade, da tolerância, do respeito e da participação de todos. Porque valorizamos a diferença e somos pela igualdade, pela inclusão e pela excelência desportiva. Temos capacidade e queremos mostrá-lo, pelo que já fizemos, pelo que estamos a fazer, e pelo que queremos continuar a fazer.

Porque o desporto é uma das nossas mais fortes paixões. Pelo desporto, pelo Judo, por Portugal.

O Mandatário Nacional
Professor Doutor Alberto Rocha
ISCE Douro – Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro



COMISSÃO DE HONRA

Presidente da Comissão de Honra

- Professor Doutor Alberto Rocha, Professor Coordenador no ISCE Douro – Instituto Superior de Ciências Educativas do Douro

Membros da Comissão de Honra

- Mestre Artur Mata
- Mestre Fernando Costa Matos - Judoca Olímpico
- Fernando Pimenta - Canoísta Olímpico
- Nelson Évora – Atleta Olímpico modalidade Triplo Salto
- Professor Doutor Edgar Bernardo - Presidente do ISCE Douro
- Professor Doutor Jorge Olímpio Bento, Professor Catedrático Jubilado da Universidade do Porto
- Engenheira Ana Pires - Investigadora e Candidata a Cientista-Astronauta
- Aurora Cunha - Atleta Olímpica
- Professor Doutor Rui Brito Fonseca - Diretor da Escola de Educação e Desenvolvimento Humano do ISEC Lisboa
- Professora Doutora Patrícia Poeta – Professora Catedrática da Universidade de Trás-os-Montes e Alto Douro (Utad).
- Professor Emílio Ferreira – Professor no Agrupamento de Escolas de Canedo e Diretor da Federação das Coletividades do Concelho de Gondomar (FCCG).
- Professor Doutor Feliciano Veiga – Professor Catedrático Jubilado da Universidade de Lisboa.
- Professor João Campos – Professor no IPMAIA (Instituto Politécnico da Maia), treinador da Fernanda Ribeiro (Atletismo).
- Professor Doutor Jorge Silvério – Psicólogo da Seleção de Futsal
- Professor Paulo Mota - Diretor da Escola Secundária de Almeida Garrett
- Professora Doutora Filomena Ponte, Universidade Católica Portuguesa – Centro Regional de Braga



PROGRAMA DE AÇÃO

Para o Período do Mandato

Conteúdos

NOVA ALTERNATIVA. PORQUÊ?
QUE JUDO QUEREMOS?
1. RESTAURAR A CONFIANÇA
a) UM CÓDIGO MORAL ANTIGO PARA UMA CONDUTA EXEMPLAR
Objetivo 1: Democratização do Judo
Objetivo 2: Revisão e Implementação dos Estatutos e Regulamentos
b) INFORMAR E SERVIR COM QUALIDADE
Objetivo 3 – Conhecer e dar a conhecer aos federados e outros interessados a realidade financeira da FPJ
Objetivo 4 – Conhecer e dar a conhecer aos federados e outros interessados o desempenho global da FPJ
c) A SUSTENTABILIDADE FINANCEIRA É POSSÍVEL
Objetivo 5 – Gerir responsabilmente
Objetivo 6 – Aumentar os recursos financeiros
2. CONHECER E TRABALHAR EM EQUIPA
a) JUNTOS SOMOS MELHORES
Objetivo 7 – Confiar e delegar responsabilidades e recursos nas Associações
b) A FORMAÇÃO IMPORTA MUITO
Objetivo 8 – Inovar no projeto Formativo
c) CONFIAR PARA VENCER
Objetivo 9 – Criar condições de trabalho aos praticantes de alto rendimento
Objetivo 10 – Proteger a saúde dos praticantes desportivos
d) TODOS SÃO IMPORTANTES
Objetivo 11 – Inovar os serviços da FPJ
3. REPENSAR E REORGANIZAR O MODELO DESPORTIVO
Objetivo 12 – Reorganizar os quadros competitivos nacionais



- Objetivo 13 – Descentralizar os Estágios e Treinos federativos
- Objetivo 14 – Consensualizar os calendários desportivos
- Objetivo 15 – Aumentar a qualidade e a quantidade da Arbitragem
- 4. INOVAR OLIMPICAMENTE PARA CRESCER SUSTENTADAMENTE.....
 - a) CITIUS
 - Objetivo 16 – Atrair jovens praticantes através do Judo em contexto escolar
 - Objetivo 17 – Apoiar a prática de Judo direcionado para o bem-estar e saúde.....
 - b) ALTIUS
 - Objetivo 18 – Dignificar as Seleções Nacionais
 - Objetivo 19 – Valorizar o Projeto Olímpico.....
 - c) FORTIUS.....
 - Objetivo 20 – Implantar o Judo na totalidade do território nacional
 - Objetivo 21 – Promover, reconhecer preservar e a excelência na execução técnica.....
 - Objetivo 22 – Incentivar a participação de todas e todos



NOVA ALTERNATIVA. PORQUÊ?

O Judo é uma modalidade desportiva de referência em todas as suas vertentes. Não é apenas um desporto completo, como é também um código moral exigente, mas solidário, que atrai pessoas de todos os escalões etários, sociais e económicos. Entendemos que este código moral é o garante da igualdade e da democracia que deve ser defendido, sempre pela Federação Portuguesa de Judo (FPJ).

A Nova Alternativa, que corresponde à candidatura liderada por José Mário Lopes da Sá Cachada, constituiu-se para devolver o Judo a todos os Judocas, sejam eles praticantes, treinadores, árbitros, clubes ou associações de clube e de classe. Reúne uma equipa multidisciplinar, com competências em áreas chave, conhecimento e amor à modalidade, e vontade para fazer acontecer a sua visão de futuro.

A proposta da Nova Alternativa passa por fazer uma gestão nacional do Judo baseada em critérios claros e profissionais, honra e responsabilidade claramente definidos para todos os agentes desportivos.

Partindo sempre do conhecimento como base para a definição de estratégias de atuação, pretende-se estudar a demografia atual do Judo para poder estimular e generalizar a sua prática de uma forma transversal. É essencial promover o aumento de exigências relativas aos parâmetros de qualidade na prática do judo de forma a que o nível de competitividade de excelência seja uma realidade em todos os escalões etários. Para o efeito, muito contribuirá fazer uma aposta coerente no circuito competitivo nacional. Não menos importante é incentivar a reter e elevar o conhecimento técnico do “saber fazer” Judo em Portugal, promovendo tal conhecimento a “Património Imaterial de Judo”, o que exige trabalhar no sentido de inovar a Comissão Nacional de Graduações.



QUE JUDO QUEREMOS?

O Judo Português tem vindo a crescer em notoriedade, muito em especial devido aos resultados desportivos dos praticantes de alto rendimento. É necessário que a Federação Portuguesa de Judo (FPJ) cresça também, em responsabilidade e profissionalismo, de forma a acompanhar as exigências que são todos os dias colocados à organização de uma modalidade de sucesso. Só uma Federação renovada, credível e dinâmica estará à altura de representar e dirigir condignamente o Judo em Portugal e de contribuir construtivamente para a política desportiva nacional. A Nova Alternativa estrutura a sua proposta de atuação em quatro pilares:

1. **Restaurar a confiança** numa Federação que se pretende responsável, transparente e isenta, através de um diagnóstico rigoroso e de propostas concretas quanto às questões administrativas e financeiras, que permitam recuperar o respeito e o espírito de entreajuda, quer junto das associações e praticantes, quer também externamente, junto da tutela, dos patrocinadores, da comunicação social e mesmo do público em geral;
2. **Conhecer e trabalhar em equipa** com as Associações de Clubes e de Classe, com a Equipa Técnica Nacional, e com todos os colaboradores da FPJ, valorizando a experiência e os contributos de todos para a concretização do objetivo comum dos bons resultados a todos os níveis, seja no âmbito do alto rendimento, do aumento de praticantes, da qualidade dos serviços ou do prestígio internacional;
3. **Repensar e reorganizar o modelo desportivo**, contando desde logo com as Associações de Clubes para assumirem fortes responsabilidades, sobretudo no Judo de Formação, deixando à Federação a responsabilidade sobre as Seleções Nacionais, Formação a nível nacional para os vários intervenientes desportivos e organização de grandes eventos;
4. **Inovar olímpicamente para crescer sustentadamente**, com recurso ao judo escolar e ao judo para o bem-estar e saúde, promovendo o sentimento de pertença e a honra de pertencer a uma Seleção Nacional, mesmo junto dos jovens praticantes; e cumprir o objetivo de ser possível praticar Judo, investindo na qualidade técnica, por todos, em todo o território nacional.

Com base nestes quatro pilares, foram definidos 22 objetivos e propostas 83 medidas no sentido de lançar as bases para uma mudança profunda no funcionamento da Federação Portuguesa de Judo tendo em vista uma Nova Alternativa para o Judo em Portugal.



1. RESTAURAR A CONFIANÇA

Gerir a Federação Portuguesa de Judo é um compromisso de visão e responsabilidade. A liderança tem de assentar no conhecimento e informação transparente sobre todos os atos de gestão e no respeito pelas normas e critérios democraticamente definidos para salvaguarda de todos. A adoção de princípios de gestão sólidos e a transparência de todos os procedimentos administrativos e financeiros geram a confiança de todos os públicos internos e externos da FPJ, garantindo não apenas a estabilidade e o desenvolvimento interno, como também o reconhecimento e o investimento externo, numa dicotomia de constante evolução.

a) UM CÓDIGO MORAL ANTIGO PARA UMA CONDUTA EXEMPLAR

O desporto é um veículo de valores, todos eles possíveis de abarcar num conceito alargado de *fair play*. Mas o Judo é mais. O Judo é um constante aperfeiçoamento pessoal, através da prática e da vivência desportiva. Queremos aplica-lo todos os dias, na forma como vivemos privada e socialmente, e também enquanto dirigentes desportivos. A gestão da FPJ tem de ser não apenas eticamente irrepreensível, como sobretudo eticamente recomendável. Não é possível agradar a todos, mas é possível estabelecer padrões de gestão ética e democraticamente compreensíveis, replicáveis e aceitáveis por todos os intervenientes.

Objetivo 1: Democratização do Judo

Medida 1: Respeito: o princípio básico para a vida em sociedade. Dar voz a todos os intervenientes e acolher e debater as suas propostas com isenção e transparência.

Medida 2: Amizade: Estabelecer parcerias com as Associações, num espírito de confiança e entreatajuda, para atingir resultados.

Medida 3: Modéstia: Fazer a gestão diária da modalidade com humildade e justiça, certos de servir um bem maior.

Medida 4: Cortesia: Respeitar os princípios éticos, o enquadramento legal e os procedimentos administrativos adequados em todas as interações internas e externas.

Objetivo 2: Revisão e Implementação dos Estatutos e Regulamentos

Medida 5: Honra: Rever, até final do mandato, os Estatutos e Regulamentos da FPJ e, face à legislação desportiva em vigor, propor atualizações e preenchimento de lacunas e casos omissos.



Medida 6: Coragem: Cumprir e fazer cumprir todos os critérios e regulamentos, na certeza de agir pelo bem de todos.

Medida 7: Sinceridade: Defender a igualdade no acesso e participação nas Seleções Nacionais e os resultados competitivos como pedra basilar do judo de alto rendimento.

Medida 8: Auto-controlo: Manter o foco no objetivo maior do crescimento quantitativo e qualitativo do Judo Português, e ter esta realidade presente em todos os debates e negociações.

b) INFORMAR E SERVIR COM QUALIDADE

O que fazemos, para quem, porque e como fazemos, são questões que todos nos podem e devem colocar, pois só com base na clareza e transparência das informações é possível construir a credibilidade das instituições. Só com base no conhecimento profundo da realidade é possível contribuir com propostas válidas para o desenvolvimento da modalidade. A FPJ tem o dever de comunicar corretamente e com qualidade com todos os seus públicos, recorrendo às mais modernas tecnologias da informação sempre que se justifique.

Objetivo 3 – Conhecer e dar a conhecer aos federados e outros interessados a realidade financeira da FPJ

Medida 9: Realizar uma auditoria às contas da FPJ, como base para a definição da estratégia administrativa e financeira.

Medida 10: Reformular os modelos de gestão financeira e apresentação de contas, incluindo pistas de auditoria, de forma a garantir uma informação clara a todos os Sócios.

Objetivo 4 – Conhecer e dar a conhecer aos federados e outros interessados o desempenho global da FPJ

Medida 11: Obter uma demografia completa do judo em Portugal, que permita adequar a estratégia federativa à realidade dos praticantes e demais agentes desportivos.



Medida 12: Modernizar os modelos do Plano de Atividades e do Relatório de Atividades e Contas anuais, incluindo informação estatística relevante e envolvendo todos os Sócios na execução e controlo das atividades.

c) A SUSTENTABILIDADE FINANCEIRA É POSSÍVEL

Os recursos à disposição da FPJ são, naturalmente, limitados, para qualquer projeto desportivo que pretenda investir seriamente no crescimento do Judo em Portugal nas suas várias vertentes. Contudo, mesmo num quadro de restrições orçamentais, é possível inovar, promovendo uma maior participação dos vários intervenientes no processo. As sinergias geradas pela confiança e colaboração de todos levam naturalmente a uma maior transparência e maximização de resultados, também no quadro financeiro.

Neste contexto, não só o planeamento e a calendarização, mas também a posterior avaliação de resultados, devidamente trabalhados e participados por todos os intervenientes, são fundamentais para uma gestão financeira profissional, transparente e inovadora.

Objetivo 5 – Gerir responsabilmente

Medida 13: Identificar e perceber o correto enquadramento da dívida da FPJ, quais os impactos negativos para a modalidade e como os mitigar. Passar a incluir esta informação nas publicações da FPJ.

Medida 14: Fazer uma gestão criteriosa e transparente dos contratos-programa com o Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ) e o Comité Olímpico de Portugal (COP) em todas as suas fases (negociação da dotação, assinatura, execução e avaliação).

Medida 15: Gerir os montantes dos contratos com a participação do seu público alvo (praticantes e treinadores), segundo normas previamente conhecidas, partindo do montante global para o montante por atleta, sempre com base em critérios objetivos e em estreita ligação com o calendário planeado e executado.

Objetivo 6 – Aumentar os recursos financeiros

Medida 16: Diversificar as fontes de financiamento para o judo de base, com recurso, nomeadamente, a fundos comunitários, programas da Federação Internacional de Judo e da União Europeia de Judo.



Medida 17: Aplicar as melhores práticas à angariação de patrocínios da FPJ, com ênfase no patrocínio de eventos desportivos e de seleções nacionais.

2. CONHECER E TRABALHAR EM EQUIPA

O todo é maior que a soma das partes. As sinergias geradas pelo trabalho colaborativo e subsidiário são decisivas para o aumento da qualidade geral da prática de Judo em Portugal. Quando o corpo se move em unísono, com um objetivo e um plano definidos e executados conscienciosamente, os resultados positivos surgem. Assim tem de ser a gestão desportiva da FPJ, pois só a cooperação de todos permite que a vitória aconteça.

a) JUNTOS SOMOS MELHORES

As Associações de Clubes têm vindo a desenvolver um trabalho de proximidade notável. Todas enfrentam realidades e desafios diferentes, e cada uma define estratégias de dinamização específicas com vista o crescimento quantitativo e qualitativo local e regional do Judo. A sua valiosa experiência torna-as, a par das Associações de Classe, os melhores parceiros que a FPJ pode desejar. Todas sem exceção devem ser apoiadas pela estrutura federativa e chamadas a colaborar ativamente, sobretudo nos terrenos que tão bem conhecem.

Objetivo 7 – Confiar e delegar responsabilidades e recursos nas Associações

Medida 18: Dotar todas as Associações de Clubes com responsabilidades e ferramentas de trabalho e promover a melhoria da qualidade dos seus serviços.

Medida 19: Repensar e repartir as competências internas, seguindo uma lógica de sinergia, complementaridade e subsidiariedade entre a FPJ e as Associações.

Medida 20: Criar um modelo de organização de provas, simples e abrangente, que uniformize os requisitos de qualidade dos eventos, a ser apresentado às Associações de Clubes.

Medida 21: Criar uma equipa FPJ, para colaboração direta com as Associações de Clubes para apoio de informática nas competições do Calendário Nacional Associativo.

Medida 22: Criar um festival do Judo Nacional, de forma itinerante, mobilizando Associações de Clubes e Clubes a participarem com jovens praticantes.

Medida 23: Continuação do projeto *Judo4All*, mas com nova metodologia, assente nas atividades associativas através de Estágios e Treinos de competição e a realização de um Estágio Nacional por Semestre, ministrado por um técnico de renome internacional.



Medida 24: Criação de um Conselho Técnico das Associações, reunindo os Diretores Técnicos da Associações de Clubes, reunindo periodicamente para harmonizar o Calendário Nacional Associativo e articular questões técnicas pertinentes.

b) A FORMAÇÃO IMPORTA MUITO

A formação é o futuro. Aprender, ensinar, praticar e evoluir são as realidades de todos: praticantes, treinadores, árbitros e dirigentes; mas também clubes, associações, federações nacionais e supranacionais. Pretende-se que a estrutura subjacente à Formação seja competente, inclusiva e intercomunicante entre os vários escalões, níveis e realidades, refletindo a fluidez e a força do próprio Judo.

Objetivo 8 – Inovar no projeto Formativo

Medida 25: Criar uma Escola Nacional de Treinadores e Árbitros, disponibilizando Formação multidisciplinar e apoio às Associações de Clubes.

Medida 26: Mediante parcerias com as Associações de Clubes, disponibilizar formação de formadores com o selo da FPJ e documentação específica, em especial a professores de Educação Física, de forma a potenciar o efeito multiplicador da formação em todo o território nacional.

Medida 27: Promover o programa de implantação nacional *Improve Your Club* da União Europeia de Judo, que disponibiliza pacotes formativos especializados na organização do treino e motivação de jovens praticantes.

c) CONFIAR PARA VENCER

Treinamos com o objetivo de sermos melhores. Competimos por querermos pôr-nos à prova. Cada combate exige o cumprimento de regras, bem definidas previamente e conhecidas de todos: competidores, treinadores, árbitros e oficiais de prova. A gestão desportiva do treino de alto rendimento tem de ser feita com a mesma clareza e transparência de um combate de judo, assegurando igualdade e segurança de base a todos os praticantes, mas também os direitos e deveres específicos daqueles que, justamente, provam ser os melhores.

Objetivo 9 – Criar condições de trabalho aos praticantes de alto rendimento

Medida 28: Rever, implementar e fazer cumprir critérios justos e objetivos para a participação em competições e estágios internacionais ao serviço das Seleções Nacionais.



Medida 29: Reconhecer a autonomia e zelar pela independência da Equipa Técnica Nacional.

Medida 30: Promover, dentro das disponibilidades orçamentais, o acompanhamento dos praticantes de alto rendimento pelos seus treinadores de clube.

Medida 31: Criar um Conselho Técnico do Alto Rendimento, envolvendo a Equipa Técnica Nacional, a Equipa Médica Nacional e os treinadores dos clubes dos praticantes de Alto Rendimento, Projeto Olímpico e Projeto Esperanças Olímpicas, com competências de planeamento técnico.

Objetivo 10 – Proteger a saúde dos praticantes desportivos

Medida 32: Reconhecer a autonomia e zelar pela independência da Equipa Médica Nacional.

Medida 33: Garantir o acompanhamento pela Equipa Médica Nacional a todos os atletas lesionados convocados pela FPJ para participar em competições e estágios internacionais.

Medida 34: Reforçar os cuidados prestados pela Equipa Médica Nacional com serviços especializados em preparação física, nutrição, saúde mental e análise estratégica.

Medida 35: Garantir a devida proteção e cobertura de sinistros às Seleções Nacionais e praticantes de Alto Rendimento.

d) TODOS SÃO IMPORTANTES

A FPJ tem vindo a evoluir ao longo do tempo e a desenvolver as suas competências com crescente sofisticação de meios. Esse progresso tem de estar patente na qualidade dos serviços que são prestados, desde o trabalho de secretaria à área técnica, da formação à organização de eventos desportivos. As pessoas são a origem e o fim de todas as políticas. Por isso é necessário respeitar e apoiar aqueles que trabalham todos os dias em prol do Judo em Portugal.

Objetivo 11 – Inovar os serviços da FPJ

Medida 36: Reconhecer a experiência e envolver todos os colaboradores da FPJ para modernizar e simplificar os procedimentos administrativos e aumentar a qualidade dos serviços prestados.

Medida 37: Assegurar a multidisciplinaridade e a complementaridade da Equipa Técnica Nacional através da aposta em formação especializada e inovadora.



Medida 38: Na esteira da legislação europeia, apoiar os pais e mães treinadores, atletas e dirigentes no exercício da parentalidade, criando «parques ocupacionais infantis/juvenis» com monitores especializados e *ateliers* de arte, desporto e cultura durante os eventos desportivos.

3. REPENSAR E REORGANIZAR O MODELO DESPORTIVO

O projeto desportivo é o que nos move. Dele depende o desenvolvimento permanente do Judo Português, e é pela sua implementação justa que todos pugnamos, trabalhando no presente com os olhos postos no futuro. Desde logo, é evidente a necessidade de privilegiar o investimento nos escalões de formação, alterando o ponto fulcral da pirâmide da ponta para a base. Sem esta alteração de paradigma, o sistema não terá sustentabilidade para além dos Jogos Olímpicos de Paris 2024, provavelmente os últimos para muitos praticantes do projeto olímpico, pois não se perspetiva uma geração intermédia, capaz de corresponder ao legado deixado pela geração atual. É necessário, portanto, preparar estruturalmente a FPJ para os ciclos olímpicos seguintes e ter em vista a continuidade do trabalho.

Objetivo 12 – Reorganizar os quadros competitivos nacionais

Medida 39: Restaurar a Lista de Classificação Desportiva (LCD) para os escalões Juvenis, Cadetes, Juniores e Seniores.

Medida 40: Criar um circuito *open* para o escalão de Veteranos.

Medida 41: Nivelar em A ou B o nível das competições desportivas que contam para a LCD.

Medida 42: Definir que a participação nos Campeonatos Nacionais é feita com base na posição dos praticantes na LCD, por escalão e peso, aos quais se juntam os classificados nos Campeonatos Nacionais do ano anterior.

Medida 43: Negociar um patrocinador para cada escalão etário e, com esse apoio, ajudar a desenvolver esse mesmo escalão, dando visibilidade à marca.

Medida 44: Realizar as competições nacionais em diferentes regiões, de acordo com a demografia federada e o objetivo de captação de atletas e talentos.

Objetivo 13 – Descentralizar os Estágios e Treinos federativos

Medida 45: Criar centros de treino federativos zonais, procurando incluir, na medida do possível, todo o território nacional, e estabelecendo a deslocação semanal dos treinadores nacionais.



Medida 46: Organizar Estágios Federativos de controlo mensal e preparação para grandes eventos, nos escalões de Cadetes/Juniores/Seniores.

Medida 47: Organizar a participação num estágio internacional, exclusivo para o escalão de Juvenis, de acordo com a LCD.

Objetivo 14 – Consensualizar os calendários desportivos

Medida 48: Regular o número de provas por escalão que pontuam para a LCD, permitindo que as Associações de Clubes cumpram na íntegra o seu planeamento competitivo.

Medida 49: Reformular o Calendário Nacional e o Calendário Nacional Associativo alinhando um circuito territorialmente pertinente, que culmine na fase final do Campeonato Nacional de cada escalão.

Medida 50: Equilibrar os calendários nos vários escalões, consensualizando Federação, Associações de Clubes, Clubes, Desporto Escolar e Desporto Universitário.

Medida 51: Garantir a qualidade nos eventos constantes do calendário, em especial no que respeita ao cumprimento de horários e previsão de duração das competições desportivas.

Objetivo 15 – Aumentar a qualidade e a quantidade da Arbitragem

Medida 52: Criar as condições para que a carreira de Árbitro seja dignificada e atrativa desde o primeiro dia, promovendo a formação inicial e contínua de jovens árbitros em todo o território nacional.

Medida 53: Reformular a atuação do Conselho de Arbitragem, promovendo a independência, a isenção e a autoridade de todos os árbitros.

Medida 54: Investir na participação de árbitros portugueses em torneios internacionais e na realização de exames com vista à obtenção das categorias de árbitro continental e internacional.

4. INOVAR OLIMPICAMENTE PARA CRESCER SUSTENTADAMENTE

Uma gestão responsável exige uma visão estratégica, considerando os objetivos propostos e as medidas para os concretizar. O mundo mudou. O país mudou. O Judo mudou. A metodologia da FPJ tem de acompanhar essas mudanças para garantir um crescimento demográfico mais rápido e inclusivo a todos os níveis, bem como o aumento da qualidade dos praticantes desportivos em



geral. Juntos queremos inovar na abordagem para que o Judo em Portugal possa ser cada vez mais rápido a crescer, mais alto nos resultados desportivos e mais forte na inclusão.

a) CITIUS

Porquê crescer depressa? Porque o Judo, este modo de vida que amamos, pode e deve estar acessível a todos, em especial os mais jovens. Os praticantes de base devem ser incentivados, independentemente da moldura formal ou informal que reveste a sua prática. Se todos forem respeitados e incluídos de forma natural na estrutura federativa, rapidamente descobriremos um mundo de praticantes muito significativo no quadro desportivo nacional.

Objetivo 16 – Atrair jovens praticantes através do Judo em contexto escolar

Medida 55: Promover a prática de Judo integrado no Desporto Escolar (2ºCiclo) e o projeto de desenvolvimento de Judo na Escola (1ºCiclo), criando um processo menos burocrático, para a inscrição e revalidação dos praticantes, considerando que as escolas podem também ser clubes federados.

Medida 56: Através de parceria com o Ministério da Educação, criar Atividades Extra Curriculares (AEC)s de Judo nos Agrupamentos de Escolas onde não seja possível implementar o Judo através do Desporto Escolar ou o Judo na Escola.

Medida 57: Apoiar atividades de concentração organizadas pelas Associações de Clubes e Clubes, incluindo o Desporto Escolar e o Judo na Escola.

Medida 58: Criar uma Bolsa de treinadores de Grau I, disponíveis para o apoio às atividades nacionais ou para lecionarem aulas de judo em contexto escolar, financiada por fundos comunitários ou por programas da FIJ e UEJ.

Medida 59: Incentivar os praticantes de Judo que são professores de Educação Física a lecionarem Judo nas aulas e, eventualmente, a criarem Grupos-Equipa de Judo no Desporto Escolar.

Objetivo 17 – Apoiar a prática de Judo direcionado para o bem-estar e saúde

Medida 60: Desenvolver o projeto *Judo For Fun*”, destinado a praticantes dos 4 aos 94 anos, financiado por fundos comunitários ou por programas da FIJ e UEJ.



b) ALTIUS

Os excelentes resultados desportivos das Seleções Nacionais nos últimos anos são um orgulho para todos judocas, amantes de judo e anónimos cidadãos. Se o Judo tem hoje grande notoriedade, é sem dúvida mercê do mérito dos próprios praticantes, dos seus treinadores e dos seus dirigentes, ao longo de anos de preparação. É necessário respeitar o caminho escolhido e valorizar os nossos melhores: os que optaram conscientemente pela via competitiva, sentindo na pele a honra e a responsabilidade de representar Portugal em eventos desportivos internacionais.

Objetivo 18 – Dignificar as Seleções Nacionais

Medida 61: Garantir justiça e igualdade de todos os praticantes convocados para as Seleções Nacionais, independentemente da natureza e do local do evento desportivo em causa.

Medida 62: Proteger os praticantes desportivos, apoiando a conciliação do treino e competições com a sua vida pessoal, familiar, escolar/profissional.

Medida 63: Preparar a participação nas competições internacionais de acordo com a LCD e a integração dos praticantes no Alto Rendimento, no Programa Olímpico (PO) e no Programa Esperanças Olímpicas (PEO).

Medida 64: Realizar um plano de preparação próprio para cada seleção, baseado em objetivos definidos pela equipa técnica.

Medida 65: Assegurar ao Diretor Técnico Nacional (DTN), em articulação com o membro da Direção da FPJ responsável pelas Seleções Nacionais, a responsabilidade da gestão técnica e a monitorização da atuação dos coordenadores das seleções nacionais (Cadetes, Juniores, Seniores e Paralímpicos).

Medida 66: Implementar um modelo da Equipa Técnica Nacional que integre, para além do Treino de Judo e Medicina, as áreas-chave de Preparação Física, Nutrição, Psicologia e Análise Estratégica.

Medida 67: Proteger os praticantes desportivos, apoiando a conciliação do treino e competições com a sua vida pessoal, familiar, escolar/profissional.

Medida 68: Desenvolver uma política de comunicação específica para as Seleções Nacionais, com patrocinadores diferenciados por escalão etário.



Objetivo 19 – Valorizar o Projeto Olímpico

Medida 69: Reconhecer que os praticantes que integram o projeto olímpico têm necessidades específicas e financiamento próprio.

Medida 70: Clarificar as condições do projeto olímpico para todos os envolvidos.

Medida 71: Investir no escalão de cadetes em articulação com o Projeto Esperanças Olímpicas.

c) FORTIUS

Ser mais forte não é vencer sempre. Ser mais forte é ser mais resiliente, mais sustentável, mais inovador. Ser mais forte exige um modelo inclusivo, direcionado para um trabalho de desenvolvimento do Judo em geral, que torne a modalidade acessível a todos, dando prioridade à igualdade de género, em linha com as orientações desportivas internacionais. Mas ser mais forte é também proteger e dignificar o conhecimento técnico clássico, que todos admiramos na sua essência, potenciando a aquisição, consolidação e difusão de conteúdos técnicos de qualidade, tendo em vista a preservação do judo clássico e a transmissão da correta execução técnica a todos os judocas.

Objetivo 20 – Implantar o Judo na totalidade do território nacional

Medida 72: Criar as condições para o Judo ser praticado nas regiões nas quais a prática não existe através do projeto de Judo no contexto escolar.

Medida 73: Mediante os resultados obtidos, apoiar a criação de clubes através do recurso a financiamento comunitário.

Medida 74: Incentivar a formação de Associações de Clube em regiões onde já existem Clubes, mas deixou de existir Associação.

Objetivo 21 – Promover, reconhecer preservar e a excelência na execução técnica

Medida 75: Reorganizar a Comissão Nacional de Graduações criando uma Comissão Permanente (CP), nomeada pela Direção da FPJ; e um Conselho Técnico, composto pelos Presidentes das Comissões Associativas de Graduações (CAG), que a coadjuvária na sua missão de programar e realizar exames de graduações e estágios nacionais de técnica base e *katas*.



Medida 76: Dotar o Conselho Técnico de funções consultivas, competindo-lhe conhecer e transmitir as dúvidas e propostas das bases associativas no que toca à uniformização do modelo técnico e de katas, bem como analisar os procedimentos de graduação dos praticantes e propor eventuais alterações.

Medida 77: Organizar ações específicas para avaliação da execução *katas*, disponibilizando meios e recursos a todos os elementos que compõem as CAG.

Medida 78: Promover e apoiar iniciativas das Associações de Clubes na organização de competições nacionais e internacionais de *katas*.

Medida 79: Planear e executar um programa de trabalho anual cujo calendário nacional inclua um estágio internacional de *katas*.

Objetivo 22 – Incentivar a participação de todas e todos

Medida 80: Equilibrar o rácio de género entre os treinadores e árbitros, garantindo cursos de treinador e de arbitragem gratuitos às mulheres que queiram ser treinadoras e árbitros.

Medida 81: Encorajar a participação nas comissões técnicas com duas pessoas em vez de uma por Associação, desde que uma seja mulher ou jovem (-30 anos).

Medida 82: Criar uma plataforma de denúncia e pontos focais para contacto em caso de assédio e/ou comportamentos discriminatórios no âmbito das atividades convocadas pela FPJ.

Medida 83: Aderir ativamente à campanha *Start to Talk* do Conselho da Europa, liderada em Portugal pelo Instituto Português do Desporto e Juventude (IPDJ), com o objetivos de sensibilizar, formar e capacitar pessoas para agirem sempre que tenham conhecimento de situações de assédio e de abuso sexual no Desporto.

Estamos certos que a implementação deste programa de ação muito contribuirá para o salutar envolvimento de todos os intervenientes da modalidade e prestigiará a prática do Judo em Portugal.

Judo – Nova Alternativa

Janeiro de 2023