Federação Portuguesa de Judo

PROPOSTA
Dos 3 Princípios

Máxima Eficiência
Benefícios Mútuos
Suavidade

Federação Portuguesa de Judo

Máxima Eficiência

O princípio com foco na utilização inteligência das forças que nos rodeiam, no sentido de potenciarem a dimensão das nossas ações, para a criação de um ambiente positivo, útil e o mais abrangente possível, na nossa vida pessoal, profissional e social.
A FPJ procura juntar as suas forças às dos seus parceiros, para juntos potenciarem a dimensão das suas ações e promoverem uma forma de estar positiva e útil.

Benefícios Mútuos

JITA KYOEI, como se diz em japonês, é colaborar mutuamente para o desenvolvimento do outro. Jigoro Kano acreditava que a ideia de progresso pessoal e universal estava ligada à solidariedade humana.
Para com os nossos parceiros temos este objetivo e responsabilidade, que também eles beneficiem e prosperem com a aliança criada.

Suavidade

Talvez este seja o princípio mais "visível", nem que seja por estar no próprio nome criado por Jigoro Kano, para designar a sua nova arte, JU (suavidade) DO (caminho).
Para atingir o nosso objetivo, por vezes o melhor é ceder e não opor forças.
As alianças que criamos têm de ter compatibilidade de valores para fluírem e tornarem a corrente mais forte e enriquecerem os vastos campos da sociedade.

Federação Portuguesa de Judo

FORMAÇÃO MOTORA

Estudo da **UNESCO** refere o judo como o melhor desporto de formação para as crianças e jovens dos quatro aos vinte e um anos já que promove uma educação física integral. Permitindo através do conhecimento e prática regular do mesmo, o aprimoramento de todas as possibilidades psicomotoras, inclusivamente, a coordenação conjunta e independente de ambas as mãos e pés

Ambidestria
Lateralidade
Localização espacial
Perspectiva
Jogar
Equilíbrio
Puxar
Empurrar
Rastejar
Pular
Rolar
Cair

+

Inteligência emocional perante a adversidade
Resiliência
Perpectiva a médio e longo prazo
Equilíbrio trabalho-descanso
Trabalho de equipa
Aceitar desafios
Tolerância
Flexibilidade
Foco

FORMAÇÃO EMOCIONAL

O **Comité Olímpico Internacional** declarou o Judo como o desporto mais completo por promover valores de amizade, participação, respeito mútuo e esforço para melhorar.
Acrescentamos ainda a estes, que muitas das aptidões importantes na escola e que mais tarde as empresas procuram nos seus colaboradores , são desenvolvidas também nos jovens judocas.

Federação Portuguesa de Judo

INTEGRAÇÃO
IGUALDADE
DIVERSIDADE

Num treino da seleção vemos
a equipa masculina e a feminina a fazer o mesmo treino.
Nesse mesmo treino vemos os atletas paralímpicos
e, também, a medalha de Ouro dos Jogos Surdolímpicos, Joana Santos.
Nos clubes, por todo o país, também é este o cenário.
No Judo há um enorme respeito por todos e todos têm iguais possibilidades
(está dividido por categorias de peso).
Quanto mais diverso for o grupo mais forte será.
A competição por equipas nos Jogos Olímpicos
é constituída por 6 elementos: 3 masculinos e 3 femininos.

MIGUEL VIEIRA
1º PORTUGUÊS
NOS JOGOS PARALÍMPICOS
CAMPEÃO DO MUNDO
CAMPEÃO DA EUROPA

Federação Portuguesa de Judo

O nosso foco?

Alta Competição

Sociedade

Federação Portuguesa de Judo

Alta Competição

Única modalidade com medalha olímpica nas 2 últimas edições dos Jogos Olímpicos

Federação Portuguesa de Judo

Alta Competição

Primeiro Ministro, António Costa, em direto celebrando o 6º título europeu de Telma Monteiro, conquistado em Lisboa em 2021.

2018

Campeonato do Mundo de Judo para Cegos e Baixa Visão

2019

Liga dos Campeões & Liga Europa

2021

Campeonato da Europa
Campeonato do Mundo de Katas
Campeonato do Mundo de Veteranos

2022

Grand Prix Portugal

2023

Grand Prix Portugal
Campeonato da Europa Cadetes
Campeonato do Mundo Juniores

Federação Portuguesa de Judo

Alta Competição

PRÉMIO MELHOR EVENTO

2020

Liga dos Campeões & Liga Europa

2021

Campeonato da Europa

PRÉMIO ATRIBUIDO PELA UNIÃO EUROPEIA DE JUDO

Sociedade

+ de 18.000

Federados

Federação Portuguesa de Judo

Seguindo os princípios inicialmente apresentados, a Federação Portuguesa de Judo, quer assumir o seu papel social e de formação e levar o Judo ao maior números de jovens, para que estes levem as lições que aprendem no tapete para sua vida escolar e social, e mais tarde para a sua vida profissional. Promovendo o Judo em eventos como a Futurália e com projetos inovadores como o CV do Competidor.
Integrando indivíduos cegos e de baixa visão nos seus estágios, e competições de deficientes intelectuais.

Federação Portuguesa de Judo

Programa Anual

nacional

Campeonato Nacional Juvenis
Campeonato Nacional Cadetes
Campeonato Nacional Juniores
Campeonato Nacional Sub23
Campeonato Nacional Seniores
Campeonato Nacional Judo Adaptado
Campeonato Nacional Paralímpico

Campeonato Nacional Equipas Juvenis
Campeonato Nacional Equipas Cadetes
Campeonato Nacional Equipas Juniores
Campeonato Nacional Equipas Seniores

internacional

GRAND PRIX PORTUGAL
com a Federação Internacional de Judo

European Judo Cup
European Judo Cup Juniors
European Judo Cup Cadets
com a União Europeia de Judo

Federação Portuguesa de Judo

AAV (automatic advertising value)

81.196.270€

2021 (veja aqui o relatório)

12.391.562€

Campeonato da Europa 2021 (veja aqui o relatório)

4.218.464€

Grand Prix Portugal 2023 (veja aqui o relatório)

Estes valores foram fornecidos pela CISION

TELMA MONTEIRO
BRONZE
JOGOS OLÍMPICOS RIO
16 MEDALHAS
CAMPEONATOS DA EUROPA

APOIE
O JUDO NACIONAL
obrigado

JORGE FONSECA
BRONZE
JOGOS OLÍMPICOS TÓQUIO
BI CAMPEÃO DO MUNDO

Federação Portuguesa de Judo

MARKETING@FPJ.PT