



**Assunto:** Critérios de Seleção Nacional de Hóquei Subaquático

Serve a presente circular para comunicar a todos os clubes de hóquei subaquático os critérios de seleção nacional para constituir projetos de seleções nacionais de hóquei subaquático dos escalões Sénior Masculino e Feminino e Master Masculino e Feminino.

A Seleção Nacional de cada escalão é constituída por no mínimo 10 atletas e no máximo 12 atletas

## 1. CRITÉRIOS DE SELEÇÃO

Os critérios para os atletas serem selecionados são:

### A. Testes de condição física

- A1. 25 metros em apneia sprint c/ disco
- A2. 25 metros em apneia sprint s/disco
- A3. 6 sprints 12,5 metros em apneia s/disco com intervalo de 15 segundos entre cada sprint

### B. Testes de habilidade técnica

- B1. Remate frontal em comprimento
- B2. Remate frontal em altura
- B3. Rotação com disco para ambos os lados
- B4. Remate Gancho em comprimento
- B5. Remate Gancho em altura

### C. Verificação e Análise do Atleta em situações de jogo de jogo reduzido ou jogo oficial

- C1. Compreende e executa a ou os sistemas de jogo pretendido
- C2. Análise do atleta em exercícios de 1vs1 / 2vs2
- C3. Análise do atleta para o sistema de jogo pretendido

## 2. SISTEMA DE PONTUAÇÃO:

- 1 Não consegue executar
- 2 Executa com dificuldade
- 3 Executa
- 4 Executa com bom aproveitamento
- 5 executa com excelente aproveitamento

### 3. APRESENTAÇÃO DOS RESULTADOS FINAIS

1. Criação de tabela com os resultados individuais de cada atleta para cada teste nos pontos A) e B)
2. Cruzamentos da tabela indicada do ponto anterior com a análise individual do ponto C)
3. Criação da lista final com os 12 melhores atletas
  - No caso de desistência de um atleta selecionado, o critério de seleção aplicado segue a ordem de classificação da tabela.

Caxias, 2 de Junho de 2025

