



# Torneio MegaSprint – 2017

Desporto Escolar

Atletismo





## FINAL REGIONAL

*Câmara de Lobos – 29 de março de 2017*

O *Torneio MegaSprint* é uma iniciativa da Federação Portuguesa de Atletismo em parceria com a Direção Geral de Educação / Desporto Escolar, que tem tido um enorme sucesso a nível nacional.

O *Torneio MegaSprint* tem como objetivos:

- motivar e sensibilizar os alunos para a prática de atletismo;
- envolver a generalidade dos alunos numa atividade competitiva simples a partir das aulas curriculares;
- detetar talentos desportivos.

O princípio do *Torneio MegaSprint* é simples:

1. toda a população escolar participa na *Fase Turma* durante as aulas de Educação Física, onde ocorre a primeira seleção;
2. a segunda eliminatória é na *Fase Escola* (inter-turmas);
3. e a terceira eliminatória é realizada na *Fase Regional/Distrital*, que costuma ser participada por várias centenas de alunos dos respetivos distritos;
4. os alunos apurados na *Fase Regional/Distrital* participam na grande Final Nacional.

A R. A. Madeira participou apenas na Final Nacional de 2006. Depois disso, as restrições financeiras impediram essa participação (situação que ainda se mantém).

No entanto, acreditamos que o projeto tem elevado mérito em si mesmo e que merece ser recuperado com a maior dignidade possível, pelo menos, até à Final Regional.

É com esse objectivo que a *Associação de Atletismo da R.A.M.* e a *Direção de Serviços do Desporto Escolar* dão continuidade à parceria na realização do *Torneio MegaSprint 2017*.

### O QUE É O TORNEIO MEGASPRINT - 2017

O *Torneio MegaSprint – 2017* é um torneio de atletismo que, na *Final Regional* da R.A.Madeira, será constituído por três provas:

- o **Mega Sprint** – corrida de velocidade (40m)
- o **Mega Salto** – prova de salto em comprimento
- o **Mega Lançamento** – prova de lançamento do peso (c/ bola medicinal)

### A QUEM É DIRIGIDO?

Este torneio é dirigido aos alunos das escolas básicas dos 2º e 3º ciclos do ensino básico e do ensino secundário entre os 10 e os 17 anos.

As provas serão disputadas por escalões etários.

Escalão:	Benjamins (Inf.1)	Infantis (Inf.2)	Iniciados	Juvenis
Nascidos em:	2006 e 2007	2004 e 2005	2002 e 2003	2000 e 2001



## **PARTICIPAÇÃO NA FINAL REGIONAL**

A participação na Final Regional do *Torneio MegaSprint* é aberta a **todas as escolas** (independentemente de terem ou não núcleos de atletismo escolar).

As escolas podem participar com o número de alunos que desejarem, procurando apresentar equipas completas (ver Classificação Coletiva)

## **CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL**

Haverá uma classificação individual em cada prova, por escalão e sexo.

## **CLASSIFICAÇÃO COLETIVA**

Haverá **duas** classificações coletivas (A e B):

### A. Classificação coletiva para escolas nos escalões de **benjamins e infantis**

- contam para esta classificação as prestações dos alunos benjamins e infantis de ambos os sexos nas três provas do torneio;
- para este efeito, conta apenas o melhor elemento de cada escola, em cada uma das provas;
- ao 1º classificado de cada prova são atribuídos tantos pontos quanto o número total de escolas inscritas no torneio (N); ao 2º classificado (de uma escola diferente) N-1 pontos e assim sucessivamente;
- em caso de empate na classificação individual, os pontos são repartidos de forma equitativa;
- vence a escola que somar o maior número de pontos.

### B. Classificação coletiva para escolas nos escalões de **iniciados e juvenis**

- contam para esta classificação as prestações dos alunos iniciados e juvenis de ambos os sexos nas três provas do torneio;
- para este efeito, conta apenas o melhor elemento de cada escola, em cada uma das provas;
- ao 1º classificado de cada prova são atribuídos tantos pontos quanto o número total de escolas inscritas no torneio (N); ao 2º classificado (de uma escola diferente) N-1 pontos e assim sucessivamente;
- em caso de empate na classificação individual, os pontos são repartidos de forma equitativa;
- vence a escola que somar o maior número de pontos.



## REGULAMENTO

1. Cada escola pode participar com quantos alunos desejar (caso o número de inscritos seja demasiado elevado, poderá ser necessário restringir a participação).
2. Cada aluno só pode participar no seu escalão etário e em não mais que duas provas.
3. Nas corridas de velocidade a partida será feita a dois apoios (sem blocos de partida) e, para garantir condições de igualdade, os alunos não podem usar sapatos de bicos.
4. O apuramento para as finais das corridas de velocidade será feito com base nos tempos realizados nas eliminatórias.
5. Nos concursos (salto em comprimento e lançamento do peso), todos os alunos têm direito a 2 ensaios, após o que os alunos com as quatro melhores marcas terão direito a mais 2 ensaios suplementares para apurar o vencedor em cada escalão.

## INSCRIÇÕES

As escolas devem enviar uma relação indicando os seguintes elementos dos alunos:

- Nº do Dorsal (da escola)
- Nome de competição (de preferência, os dois primeiros e o último)
- Data de Nascimento
- Provas em que participa

Estes dados devem ser enviados por e-mail para [apereira@atletismomadeira.pt](mailto:apereira@atletismomadeira.pt) (diretamente ou via DSDE) até dois dias antes da competição, em ficheiro de formato Excel já preparado para o efeito e que irá ser atempadamente enviado através da DSDE.

Apenas serão autorizadas alterações no dia da competição em casos devidamente justificados, até 30 minutos antes do início das provas.

## PRÉMIOS

- Medalhas para os primeiros classificados em cada prova, escalão e sexo.
- Troféu e kit de material para a escola vencedora no escalão de benjamins e infantis.
- Troféu e kit de material para a escola vencedora no escalão de iniciados e juvenis.
- Kit de material para a escola com maior número de alunos participantes (não acumulável com os anteriores).



ASSOCIAÇÃO DE ATLETISMO DA REGIÃO AUTÓNOMA DA MADEIRA  
DIREÇÃO DE SERVIÇOS DO DESPORTO ESCOLAR  
Torneio MegaSprint - 2017



**PROGRAMA**

29 DE MARÇO DE 2017 – CÂMARA DE LOBOS

Hora	Prova	Sexo	Inf.A 2006 e 2007	Inf.B 2004 e 2005	Inic 2002 e 2003	Juv 2000 e 2001	Obs
14h00	Comprimento	F			Inic		Caixa 1
	Comprimento	M			Inic		Caixa 2
14h00	Peso c/ BM	F				Juv	Zona 1
	Peso c/ BM	M				Juv	Zona 2
14h00	40 m	F	Inf.A				Eliminatórias
14h15	40 m	M	Inf.A				Eliminatórias
14h30	40 m	F		Inf.B			Eliminatórias
14h45	40 m	M		Inf.B			Eliminatórias
14h45	Peso c/ BM	F			Inic		Zona 1
	Peso c/ BM	M			Inic		Zona 2
14h45	Comprimento	F				Juv	Caixa 1
	Comprimento	M				Juv	Caixa 2
15h00	40 m - Final	F	Inf.A				Final
15h05	40 m - Final	M	Inf.A				Final
15h10	40 m - Final	F		Inf.B			Final
15h15	40 m - Final	M		Inf.B			Final
15h30	Comprimento	F	Inf.A				Caixa 1
	Comprimento	M	Inf.A				Caixa 2
15h30	Peso c/ BM	F		Inf.B			Zona 1
	Peso c/ BM	M		Inf.B			Zona 2
15h30	40 m	F			Inic		Eliminatórias
15h45	40 m	M			Inic		Eliminatórias
16h00	40 m	F				Juv	Eliminatórias
16h15	40 m	M				Juv	Eliminatórias
16h15	Peso c/ BM	F	Inf.A				Zona 1
	Peso c/ BM	M	Inf.A				Zona 2
16h15	Comprimento	F		Inf.B			Caixa 1
	Comprimento	M		Inf.B			Caixa 2
16h30	40 m - Final	F			Inic		Final
16h35	40 m - Final	M			Inic		Final
16h40	40 m - Final	F				Juv	Final
16h45	40 m - Final	M				Juv	Final
17h00	<b>Entrega dos prémios relativos às classificações coletivas</b>						

Nota: Entrega de prémios individuais logo a seguir às finais individuais.

## FASE DE APURAMENTO ESCOLAR (SUGESTÃO)

O apuramento escolar será da competência exclusiva de cada escola.

No entanto, para salvaguardar a melhor representação possível a cada escola e procurando que esta iniciativa chegue a toda a população escolar, recomenda-se que sejam realizadas duas fases de apuramento escolar:

### 1. Fase Turma

Esta fase é realizada durante as aulas de Educação Física, apurando os melhores alunos das turmas.

### 2. Fase Escola

Esta fase pode ser integrada no âmbito da atividade interna como um torneio inter-turmas, apurando os melhores alunos da escola em cada escalão e sexo (dentro dos escalões abrangidos pela escola).

Nestas fases, considerando as eventuais limitações dos recintos escolares, sugerem-se as seguintes provas:

- *Corrida de velocidade* – **30 ou 40m** com partida em pé a 2 apoios (ver figura 1)
- *Lançamento da Bola Medicinal (ou bola de Basket)* (ver figura 2)
- *Penta-Salto* – Corrida de 10m + **5 saltos consecutivos** (ver figura 3)

### Notas:

- A corrida de velocidade poderá ser disputada num sistema de eliminatórias e final (preferencialmente em corredores separados).
- O Lançamento da Bola pode ser realizado com medição por níveis (ver figura 4)
- O Penta-Salto pode ser realizado numa grelha de marcas com dificuldade progressiva (figura 3).

Figura 1 – Partida em pé

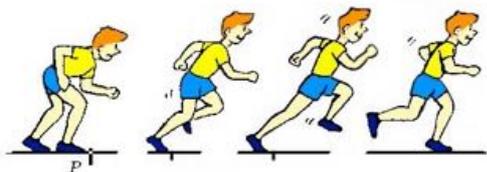


Figura 2 – Lançamento da Bola Medicinal

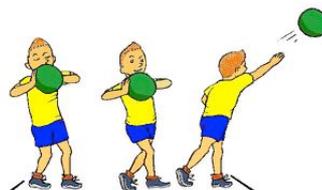


Figura 3 – Grelha de dificuldade progressiva para o Penta-Salto

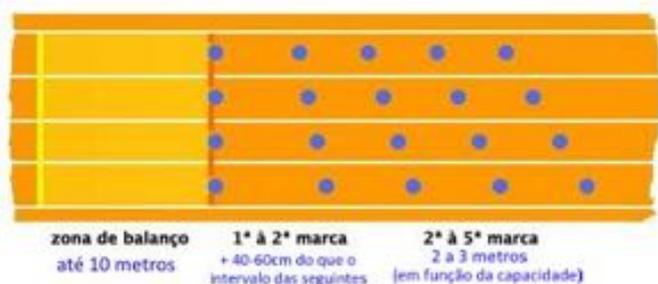


Figura 4 – Zona de lançamentos (medição por níveis)

