

## REGULAMENTO

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



# SUPER TAÇA ESCOLAR



ESCOLA SECUNDÁRIA  
DAS LARANJEIRAS

28-29-30 maio '19

# 1. DEFINIÇÃO

A “SUPERTAÇA ESCOLAR” é uma iniciativa do Departamento de Educação Física e Desporto da Escola Secundária das Laranjeiras, com o apoio do Laranjeiras Clube, que visa proporcionar aos alunos das três Escolas Secundárias da Cidade de Ponta Delgada, Antero de Quental, Domingos Rebelo e Laranjeiras, a participação numa competição formal, em algumas das matérias nucleares da disciplina de Educação Física (Basquetebol, Futebol, Voleibol, Ginástica e Atletismo).

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO

SUPER  
TAÇA  
ESCOLAR



28-29-30 maio '19



## 2. OBJETIVOS

PROPORCIONAR AOS ALUNOS A PARTICIPAÇÃO NUMA COMPETIÇÃO INTERESCOLAS

PROPORCIONAR AOS ALUNOS COMPETIÇÃO FORMAL INTEGRADA NO PROCESSO DE FORMAÇÃO

PROPORCIONAR O CONVÍVIO ENTRE ESCOLAS

CRIAR LAÇOS DE AMIZADE E COMPANHEIRISMO

PROPORCIONAR O CONVÍVIO ENTRE ESCOLAS

PROMOVER A INTERDISCIPLINARIDADE NA ESCOLA

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28-29-30 maio '19



### 3. CONDIÇÕES DE REALIZAÇÃO E PARTICIPAÇÃO

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28 29 30 maio '19



A competição realiza-se durante três dias. A terça, a quarta e a quinta-feira da semana das Festas do Senhor Santo Cristo dos Milagres;

A competição é dirigida às três Escolas Secundárias da Cidade de Ponta Delgada e, em casos excecionais, a outras escolas convidadas pela organização;

A Supertaça Escolar inclui uma competição para o escalão de sub-19 (nascidos em 2000 e anos posteriores) e outra para o escalão de sub-15 (nascidos em 2004 e anos posteriores);

Para que um aluno possa ser selecionado é condição indispensável estar matriculado na respetiva escola;

Cada aluno pode participar apenas numa das competições, ou seja, se um aluno com idade para participar na competição de sub-15 for selecionado para a competição de sub-19, não poderá participar na primeira.

Em cada competição, cada aluno pode participar em mais do que uma modalidade/matéria desde que o calendário de provas o permita, com exceção nas especialidades da modalidade de atletismo;

Para cada modalidade/matéria, a seleção de alunos deverá estar permanentemente acompanhada de um professor de Educação Física;

As fichas de inscrição têm de ser validadas pelo Conselho Executivo.



## 4. COMPETIÇÕES

DESPORTOS COLETIVOS (BASQUETEBOL, FUTEBOL E VOLEIBOL)

DESPORTOS INDIVIDUAIS (ATLETISMO E GINÁSTICA)

## 5. CLASSIFICAÇÕES

Realizar-se-ão duas competições distintas, uma masculina e uma feminina, para cada um dos escalões etários. A classificação final de cada uma delas é sempre calculada em função dos resultados de todas as modalidades previstas no regulamento. Caso uma escola não participe com uma equipa, numa ou mais modalidades, contará como falta de comparência nessa ou nessas modalidades.

## 6. PRÉMIOS

Serão atribuídas taças às três escolas envolvidas nas duas competições e em ambos os setores masculino e feminino, e T-shirts aos participantes e professores acompanhantes.

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO

**SUPER  
TAÇA**  
ESCOLAR  
XXIV

28-29-30 maio '19



## 7. ORGANIZAÇÃO

A comissão responsável pela organização do evento desenvolverá o seu trabalho em colaboração com todas as escolas intervenientes. Integram esta comissão alunos e professores aos quais compete:

### 7.1. COMISSÃO DE RECEÇÃO E ACOMPANHAMENTO

Assegurar a receção da comitiva de cada uma das escolas visitantes, indicação dos locais de prova e balneários e prestar informações relacionadas com o calendário de provas e funcionamento do bar

Distribuição das t-shirts ao responsável de cada comitiva

Coordenar a distribuição das águas

Disponibilizar o estojo dos 1ºs socorros

Programar e organizar a cerimónia de encerramento (convidados, decoração, atuações, entrega de taças, diplomas, etc.)

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28 29 30 maio '19



## 7.2. SECRETARIADO

Receber e verificar a documentação das escolas

Preparar todas as folhas de registo de resultados

Registar as pontuações obtidas

Assegurar em local próprio a divulgação dos resultados

## 7.3. ÁRBITROS E JUÍZES

Arbitrar, cronometrar e pontuar as diferentes provas

Preencher e assinar os boletins de prova

## 7.4. COORDENADORES DE MODALIDADE

Assegurar a preparação do local de prova e dos materiais necessários à realização das mesmas

Assegurar a recolha dos materiais utilizados

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28-29-30 maio 19



## 8. COMPETÊNCIAS

### 8.1. CÂMARA MUNICIPAL DE PONTA DELGADA

Assegurar o financiamento da prova

Convocar a conferência de imprensa para apresentação do evento

Assegurar a presença do Presidente ou seu representante na cerimónia de encerramento

### 8.2. SERVIÇO DE DESPORTO DA ILHA DE SÃO MIGUEL

Apoiar a comissão organizadora

### 8.3. DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO DA ESL

Assegurar a elaboração e divulgação do regulamento

Dinamizar a atividade junto das outras escolas

Coordenar a organização e designar o responsável por cada uma das suas comissões

Elaborar o calendário de provas

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28-29-30 maio '19





#### 8.4. PROFESSORES ACOMPANHANTES DOS ALUNOS E EQUIPAS

Assegurar a programação inerente à seleção das equipas

Apresentar as equipas uniformemente equipadas

Nomear os professores que irão acompanhar cada equipa

Nomear um professor para juiz das competições de Ginástica

Zelar pelo acompanhamento e bem-estar das suas equipas

Divulgar o presente regulamento a todos os alunos participantes

Acompanhar os alunos em caso de lesão

#### 8.5. ALUNOS E EQUIPAS

Promover atitudes que valorizem os comportamentos sociais e desportivos corretos

Cumprir os horários determinados no calendário de provas

Apresentar-se no local de prova 10 minutos antes do início da mesma

Todos os alunos em prova deverão usar obrigatoriamente a t-shirt fornecida pelo patrocinador oficial

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28-29-30 maio '19



## 9. REGULAMENTO ESPECÍFICO

### MODALIDADES COLETIVAS

ESCALÃO SUB-19

#### CONSTITUIÇÃO DAS EQUIPAS

As equipas serão constituídas no mínimo e no máximo, por:

**Voleibol:** seis/dez + um professor acompanhante

**Basquetebol:** cinco/oito + um professor acompanhante

**Futebol:** sete/doze + um professor acompanhante

#### DURAÇÃO DOS JOGOS

Por questões relacionadas com o calendário de provas, a duração dos jogos será a seguinte:

**Basquetebol:** jogos de 30' (2 x 15 minutos) em tempo corrido, exceto nos lances livres sendo permitido 1 desconto de tempo (30") por período;

**Futebol:** jogos de 30' (15'+15'), sem intervalo (apenas o tempo de troca de meio campo);

**Voleibol:** jogos disputados à melhor de três sets, sendo cada set realizado até 15 pontos, com vantagem de 2 pontos.

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28 29 30 maio '19



## 9. REGULAMENTO ESPECÍFICO

### MODALIDADES INDIVIDUAIS

Para cada uma das quatro competições (sub-19 e sub-15, masculino e feminino), cada equipa terá que apresentar 8 alunos. Cada aluno apenas poderá participar numa única prova, sendo que, em cada prova, devem participar dois alunos por Escola.

#### PROVAS

100 METROS

SUB-19 OU 80 METROS SUB-15

1500 METROS

SALTO EM COMPRIMENTO

LANÇAMENTO DO PESO

#### CONDIÇÕES DE REALIZAÇÃO

Os princípios técnicos a utilizar serão os contemplados no Regulamento Técnico da modalidade. Nos concursos do salto em comprimento e lançamento do peso, cada aluno terá direito a 4 ensaios. No lançamento do peso, o engenho será de 5Kg para o sexo masculino na competição de sub-19 e de 4 Kg para a competição de sub-15. Será de 3Kg para ambas as competições femininas.

Os alunos que não usarem a t-shirt oficial da prova não podem participar.

## ATLETISMO

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28-29-30 maio '19



# ESCALÃO SUB-15

## CONSTITUIÇÃO DAS EQUIPAS

As equipas serão constituídas no mínimo e no máximo, por:

**Voleibol:** quatro/seis + um professor acompanhante

**Basquetebol:** três/cinco + um professor acompanhante

**Futebol:** cinco/oito + um professor acompanhante

## DURAÇÃO DOS JOGOS

Por questões relacionadas com o calendário de provas, a duração dos jogos será a seguinte:

**Basquetebol (3x3):** jogos em 1/2 campo de 30' (2 x 15 minutos) em tempo corrido, exceto nos lances livres sendo permitido 1 desconto de tempo (30") por período;

**Futebol (5x5):** jogos de 30' (15'+15'), sem intervalo (apenas o tempo de troca de meio campo);

**Voleibol (4x4):** jogos disputados à melhor de três sets, sendo cada set realizado até 15 pontos, com vantagem de 2 pontos.

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28 29 30 maio '19





## CLASSIFICAÇÃO POR ESPECIALIDADE

Obtidos os melhores resultados de cada aluno, procede-se à classificação (1º ao 6º lugar), fazendo corresponder ao 1º lugar 6 pontos, ao 2º, 5 pontos e assim sucessivamente até 1 ponto ao 6º classificado. Somam-se então os pontos por escola e procede-se à classificação final por especialidade.

## CLASSIFICAÇÃO FINAL DO ATLETISMO

Somam-se as pontuações finais obtidas em cada uma das especialidades. Procede-se à classificação das escolas e à atribuição da pontuação final da modalidade do seguinte modo: 3 pontos à 1ª, 2 pontos à 2ª e 1 ponto à 3ª classificada.

# ATLETISMO

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28-29-30 maio '19



## 9. REGULAMENTO ESPECÍFICO

### MODALIDADES INDIVIDUAIS

## GINÁSTICA

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28-29-30 maio '19



### CONSTITUIÇÃO DA EQUIPA

Para cada um dos escalões e nas competições masculina e feminina, cada equipa será constituída por quatro alunos (3 efetivos e 1 suplente).

### CONDIÇÕES DE REALIZAÇÃO

Todos os alunos terão de realizar uma sequência no solo, um salto de cavalo e um salto no Minitrampolim.

Não são permitidas ajudas. Verificando-se ajudas, o aluno terá uma penalização de 1 ponto por cada elemento em que é ajudado.

Não é permitido o uso de calças de fato de treino. Os alunos que não usarem a t-shirt oficial da prova, calções ou leggings serão desclassificados.

# SEQUÊNCIA NO SOLO

A ordem dos exercícios não pode ser alterada. A sua alteração implica nota artística 0 (zero)

1. Posição Inicial;

2. Posição de equilíbrio;

3. Rodada;

4. Cambalhota atrás pernas estendidas ou cambalhota atrás com passagem por pino (coeficiente 2) ou flic-flac ou mortal à retaguarda (coeficiente 3);.

5. Roda;

6. Meia pirueta;

7. Pino seguido de cambalhota (coeficiente 2) ou salto de mãos ou mortal à frente (coeficiente 3);

8. Posição de flexibilidade.

## CLASSIFICAÇÃO DA SEQUÊNCIA

### TÉCNICA

O elemento 1 será avaliado de 0 a 1 valores. Todos os outros elementos da sequência serão avaliados de 1 a 5 valores. Nos elementos 4\* e 7\*, multiplica-se o nível de execução técnica obtido (1, 2, 3, 4 ou 5) pelo respetivo coeficiente (2 ou 3). A avaliação será feita por três juizes.

### ARTÍSTICA

O encadeamento deve ser apresentado com as seguintes características:

**Atitude:** apresentação do aluno e elegância na manutenção da postura.

**Ritmo:** os elementos devem ser apresentados de forma encadeada, fazendo sobressair a graça, a leveza e o dinamismo do executante.

A nota artística será avaliada de forma global de 1 a 5 valores, que serão somados ao total da pontuação obtida na nota técnica.

## GINÁSTICA

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28-29-30 maio'19



# SALTOS DE CAVALO

## SALTO AO EIXO

Coeficiente 1. (Femininos – transversal; Masculinos – Longitudinal)

## SALTO EM RODA OU QUEDA FACIAL

Coeficiente 2. (transversal para ambos os sexos)

(cavalo à altura de 1.10m, para ambos os sexos)

## CLASSIFICAÇÃO DOS SALTOS

Os alunos farão 2 saltos (do mesmo coeficiente). Para efeitos de classificação, será contabilizado o melhor dos dois.

Os saltos serão avaliados por três juízes numa escala de 1 a 5 valores.

## GINÁSTICA

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28-29-30 maio '19





# SALTOS DE MINI-TRAMPOLIM

## CARPA DE PERNAS AFASTADAS

Coefficiente 1. (transversal para ambos os sexos)

## MORTAL ENGRUPADO OU ENCARPADO/ BARANI ENGRUPADO OU ENCARPADO

·Coefficiente 2. (transversal para ambos os sexos)

## CLASSIFICAÇÃO DOS SALTOS

Os alunos farão 2 saltos (do mesmo coeficiente). Para efeitos de classificação, será contabilizado o melhor dos dois.

Os saltos serão avaliados por três juizes numa escala de 1 a 5 valores.

## GINÁSTICA

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28-29-30 maio '19



# GINÁSTICA

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28-29-30 maio '19



## CLASSIFICAÇÃO POR PROVA

Somam-se as pontuações finais obtidas em cada prova. Procede-se a classificação das escolas e à atribuição da pontuação final da modalidade do seguinte modo: 3 pontos à 1ª, 2 pontos à 2ª e 1 ponto à 3ª classificada.

## CLASSIFICAÇÃO FINAL DA GINÁSTICA

Somam-se as pontuações finais obtidas em cada prova. Procede-se a classificação das escolas e à atribuição da pontuação final da modalidade do seguinte modo: 3 pontos à 1ª, 2 pontos à 2ª e 1 ponto à 3ª classificada.

## 10. CLASSIFICAÇÃO FINAL DA SUPERTAÇA ESCOLAR

Serão encontradas quatro classificações finais, uma masculina e uma feminina, para cada um dos escalões etários de sub-19 e de sub-15.

Procede-se à classificação e à atribuição da pontuação final para cada escola, de acordo com o quadro:

| Escolas  | Basq. | Vol. | Fut. | Gin. | Atle. | Soma | Classificação Final |
|----------|-------|------|------|------|-------|------|---------------------|
| Escola A |       |      |      |      |       |      |                     |
| Escola B |       |      |      |      |       |      |                     |
| Escola C |       |      |      |      |       |      |                     |

### CRITÉRIOS DE DESEMPATE

1. Ganha a escola que obteve maior número de primeiros lugares por modalidade;
2. Ganha a escola que obteve mais vitórias sobre a outra;
3. Ganha a escola que participou com maior número de alunos.

DEPARTAMENTO DE  
EDUCAÇÃO FÍSICA E DESPORTO



28-29-30 maio '19





## 11. CASOS OMISSOS

Qualquer caso omissos a este regulamento será resolvido pela organização em conjunto com o representante nomeado por cada uma das escolas participantes.



ESCOLA SECUNDÁRIA  
DAS LARANJEIRAS

28 29 30 maio '19