

30º GRANDE PRÉMIO DOS REIS MATOSINHOS

13 de janeiro 2024

DOCUMENTO ORIENTADOR



Introdução

Esta atividade tem como objectivo fomentar e divulgar o Atletismo como uma alternativa desportiva para todos os jovens, adaptando a atividade às capacidades de cada um. Partindo do princípio da inclusão de uma “Escola para Todos” pretendemos que nesta atividade **Todos** possam participar independentemente das suas características e procurando respeitar as potencialidades de cada um.

Organização

Prova de estrada, incluída no Plano de Atividades dos Grupos/Equipa (G/E) de Atletismo e Desporto Adaptado da CLDE – Porto numa coorganização com a ANDDI e APPACDM – Matosinhos e Câmara de Matosinhos.

Data – 13 de janeiro de 2024

Local – Matosinhos – Percurso junto à Câmara Municipal de Matosinhos

Destinatários – G/E de Atletismo; G/E de Desporto Adaptado; Escolas de Matosinhos; Clubes de Atletismo e Associados da ANDDI

Horário: 09:30h -10h – Receção / Entrega de Dorsais

10:15h – 12:30h – Competição - Provas do GP dos Reis e Atletismo no Parque

13h – Regresso das Comitivas

Provas / Escalões do Desporto Escolar

Escalões	Género	Prova- Distância
Atividade Adaptada	Mista	1000m
Síndrome de Down	FEM./ MASC.	1000m
Autismo	FEM./ MASC.	1000m
Adaptado Escolar	FEM./ MASC.	1000m
Infantis A	FEM./ MASC.	1000m
Infantis B	FEM./ MASC.	1500m
Corrida dos Reis	FEM. ANDDI	1500m
Iniciados	FEM./ MASC.	2000m
Juvenis / Juniores	FEM./ MASC.	3000m
Corrida dos Reis	MASC. ANDDI	3000m

Atividade Adaptada (colectivo) – Destina-se a alunos com níveis de deficiência mais severos e/ou com problemas motores associados, sem distinção de idades e/ou de género. Esta atividade disputa-se no sistema de equipas de 3 alunos acompanhados por 1 técnico/professor, percorrendo uma distância de 1000m. Estes 4 elementos têm obrigatoriamente que chegar juntos à meta. Para efeitos de classificação, conta o 4º elemento chegado. O técnico/professor tem que acompanhar o aluno com mais dificuldades. A figura de técnico pode ser assumida por um colega de escola sem RTP.

Individualmente os alunos com RTP podem optar pelas seguintes provas:

Adaptado Escolar (ADE) - Prova de 1000 m – Destina-se a alunos com limitações motoras acentuadas. A classificação engloba todos os participantes inscritos nesta prova ainda que pertencentes a diferentes escalões.

Aberto Escolar (AE) – O aluno pode participar na prova correspondente ao seu escalão etário/género, correndo a distância correspondente a esse escalão, obtendo classificação no conjunto de alunos com RTP que optem por correr nestas provas.

Escalões - GE de Atletismo

Escalão	Ano de nascimento
Infantis A	2013 / 2015
Infantis B	2011 / 2012
Iniciados	2009 / 2010
Juvenis	2006 / 2008
Juniores	2002 / 2005

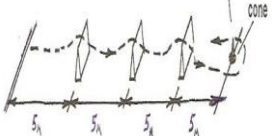
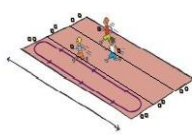
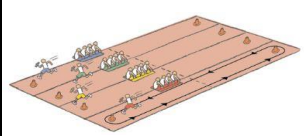
Programa Horário

Horas	Distancia	Prova / Escalões	Género
10h15	100m	Cadeiras de Rodas	FEM./ MASC.
		Problemas Motores Associados	FEM./ MASC.
10h30	1000m (1 volta A)	Atividade Adaptada (Equipas)	FEM./ MASC.
		Síndrome de Down	FEM./ MASC.
		Autismo	FEM./ MASC.
		Infantis A	FEM./ MASC.
		Adaptado Escolar	FEM./ MASC.
		Caminhada	
11h00	1500m (1 volta B)	30º CP Reis	FEM – ANDDI
		Infantis B - DE	FEM./ MASC.
11h30	2000m (2 voltas A)	Iniciados - DE	FEM./ MASC.
12h00	3000m (2 voltas B)	30º GP Reis	MASC. ANDDI
		Juvenis / Juniores - DE	FEM./ MASC.
12h30	Entrega de prémios		

Atletismo no Parque

Esta iniciativa tem como objectivo despertar o papel da modalidade, no desenvolvimento dos jovens do ponto de vista motor, cognitivo e social. Tendo por base o modelo de Atletismo da *KidsAthletics*, propomos uma competição não formal com jogos adaptados onde os participantes podem exercitar os fundamentos técnicos do atletismo, correr, saltar e lançar de forma simples divertida e educativa. Numa perspectiva do Desporto para Todos, os alunos com RTP que apresentem elevadas limitações motoras serão devidamente acompanhados na realização das tarefas.

As propostas podem ser consultadas no seguinte quadro:

Prova		Descrição
Penta-salto		Quem chega mais longe em 5 saltos? ✓ 5 saltos alternados (steps). Tens 2 tentativas e <u>conta a melhor</u> .
"Vaivém" com Barreiras		Quem demora menos tempo a correr 15+15 m com 2 obstáculos? ✓ Após o sinal de partida, corre o mais rapidamente possível passando os 3 obstáculos. ✓ Tens de dar a volta ao cone e voltar a fazer o mesmo percurso com obstáculos até ao local da partida. Tens 2 tentativas e <u>conta o melhor tempo</u> .
"Vaivém" 40 metros		Quem demora menos tempo a percorrer os 40 metros? ✓ Corre o mais rápido que conseguires de um lado para o outro, a uma distância de 10 m. Tens 2 tentativas .
Lançamento da bola Medicinal		Quem consegue lançar a bola mais longe? ✓ Segura a bola em posição igual ao lançamento do peso, mas com as duas mãos. ✓ Se lançares com a mão direita, deves colocar a perna esquerda à frente, se lançares com a esquerda deves colocar a perna direita à frente. Tens 2 tentativas e <u>conta o melhor lançamento</u> .
Estafeta		Possibilidade de participar na estafeta. ✓ Cada equipa é formada por 6 elementos , Os elementos de cada equipa colocam-se no meio de cada percurso, sentados. Ao sinal de partida o 1º atleta realiza o percurso de ida e volta, contornando os cones (que distam entre si em 30 metros) e entregando o testemunho ao colega que está em 2º lugar e assim sucessivamente. Vence a equipa que realizar melhor tempo.

Prémios

Individuais

- ✓ Medalhas aos três primeiros classificados da competição de acordo com as diferentes provas.

Coletivos

- ✓ Medalhas aos três primeiros classificados por equipas na Atividade Adaptada.

As medalhas de participação e o suplemento alimentar serão entregues no secretariado no final da competição.

Ajuizamento

As provas serão ajuizadas pela Desportave.

De acordo com o programa da prova, os alunos deverão respeitar os horários previsto para o início das provas.

Inscrições

As inscrições são realizadas através do envio de um link da Desportave enviado pela CLDE Porto.

Dorsais

A escola deve proceder a sua acreditação junto do secretariado do DE e levantar o seu envelope com os Dorsais.

- O dorsal não deve ser dobrado ou amachucado.
- O dorsal é colocado no peito com dois alfinetes pequenos.
- As escolas deverão providenciar no sentido de levarem os alfinetes para os seus alunos.
- A má colocação do dorsal ou a danificação do mesmo, implicará desclassificação, uma vez que o sistema não os irá detetar.
- Os dorsais devem ser distribuídos pelo(s) professor(es) da escola, em conformidade com a listagem.
- Os dorsais, deverão ser recolhidos no final de cada prova pelo professor responsável, sendo entregues no respetivo secretariado aquando da recolha dos almoços e medalhas de participação.
- A troca indevida de dorsais entre alunos participantes, no final de cada prova ou em caso de desistência, implica a desclassificação dos mesmos.

Balneários / Limpeza

- Os alunos deverão deslocar-se para o local da prova já devidamente equipados;
- Os alunos podem utilizar o WC do interior da Autarquia;
- Toda a área da atividade deverá manter-se limpa, sendo importante incutir nos alunos a responsabilidade na limpeza e sensibilizá-los para que o lixo seja depositado nos locais destinados para o efeito.

RECOMENDAÇÕES

Uma prova do Desporto Escolar é um momento de competição desportiva e de encontro entre jovens de diversas escolas. Esta iniciativa apresenta-se com características diferentes ao que é habitual nos Encontros do Desporto Escolar.

Assim, será importante efetuar algumas recomendações:

Os professores responsáveis pelas diversas equipas deverão orientar os seus alunos no sentido de:

Antes da competição

- ✓ Definir um local de concentração e informar os alunos do “meeting point”;
- ✓ Aconselhar os alunos a levar uma muda de roupa;
- ✓ Deixar todos os valores no meio de transporte utilizado;
- ✓ Não se dispersar dos restantes colegas;
- ✓ Reconhecer o percurso de forma organizada e atenta;
- ✓ Esclarecer e auxiliar os alunos na colocação dos dorsais;
- ✓ Assegurar que os seus alunos estão todos prontos para iniciar a respetiva prova nos horários previstos;
- ✓ Preparar e orientar os alunos para a chamada e local de partida.

Durante a competição

- ✓ Colaborar e cooperar com os colegas na organização da prova;
- ✓ Acompanhar os alunos que aguardam a sua participação

Final do Programa de Provas

- ✓ Entregar os chips de todos os alunos no respetivo secretariado;
- ✓ Orientar e vigiar os alunos de forma a prevenir possíveis acidentes ou incidentes;
- ✓ Encaminhar os alunos vencedores para junto do pódio.