



Colégio Internato dos Carvalhos
Regulamento do Corta-Mato
2018/2019



1. Organização

A organização do corta-mato escolar no Colégio Internato dos Carvalhos é da responsabilidade do Grupo Disciplinar de Educação Física e Desporto com o apoio dos alunos das turmas de 11º ano do Curso de Animação Sócio Desportiva.

2. Data, local e hora

O corta-mato irá realizar-se no dia 14 de dezembro de 2018, e decorrerá no interior e exterior das instalações escolares. O início da atividade está previsto para as 09:30h e o término será às 13:00h, contudo sendo uma atividade que se realiza no espaço exterior está condicionada às condições climatéricas, podendo ser cancelada caso se justifique. Se tal ocorrer a atividade será adiada para uma data a definir.

O reconhecimento da prova deverá ser realizado no âmbito das aulas de Educação Física pelo professor respetivo a cada uma das turmas.

3. Âmbito

O corta-mato destina-se a todos os alunos do Colégio Internato dos Carvalhos. Nesta atividade pretende-se apurar os primeiros classificados de cada escalão para participarem no corta-mato distrital.

4. Secretariado

O secretariado é responsável pela atribuição de dorsais, pelo controlo da identificação dos alunos, classificações, pelo desenrolar da prova, pelo percurso, entre outros elementos.

5. Participações / Inscrições

As inscrições devem ser efetuadas até ao dia 30 de novembro de 2018 (sexta-feira) online, não se aceitando inscrições após a data.

Todos os alunos, quer do Básico quer do Secundário do Colégio Internato dos Carvalhos, podem participar. A inscrição deve ser realizada em função do respetivo ano de nascimento. No dia da prova estes correrão individualmente por escalão e sexo e a competição coletiva/turma exige a participação de pelo menos 4 elementos por sexo.

6. Escalões

Os alunos serão agrupados por género e por ano de nascimento de acordo com o seguinte quadro:

Escalão	Ano de Nascimento
Infantil A	2008 – 2010
Infantil B	2006 – 2007
Iniciados	2004 – 2005
Juvenis	2001- 2002 - 2003
Juniores	2000 e anteriores

Os alunos com Necessidades Educativas Especiais (NEE) realizam a prova agrupados por género ou por ano de nascimento. O mesmo já não acontece com o grupo.

7. Provas / Distâncias / Percursos:

Escalão	Distância
Infantil A	1000 m
Infantis B – Masculino	1500 m
Infantil B – Feminino	1500 m
Iniciados – Masculino	2500 m
Iniciados – Feminino	2000 m
Juniores / Juvenis – Masculino	3500m
Juniores / Juvenis – Feminino	2500 m

8. Programa / Horários

08:30h - Os alunos terão aulas normalmente, nas quais serão chamados para receber os dorsais e para irem para a prova.

09:30h - Início das provas, começando pelos escalões dos mais velhos.

- 1º Juniores / Juvenis Masculino – **9h30**
- 2º Juniores / Juvenis Feminino – **10h15**
- 3º Iniciados Masculino – **11h**
- 4º Iniciados Feminino – **11h30**
- 5º Infantis B Masculino – **11h50**
- 6º Infantis B Feminino – **12h10**
- 7º Infantis A – **12h30**

13:00h - Final das provas.

9. Divulgação

A divulgação será feita através de cartazes nos pontos chave do Colégio. Para além disso, os alunos serão avisados na sala de aula. A informação será ainda divulgada pelos professores de Educação Física.

10. Equipamento

Os alunos têm de ser portadores de equipamento desportivo oficial do Colégio Internato dos Carvalhos e ainda de umas sapatilhas.

Qualquer outra peça de roupa poderá ser usada/vestida por baixo do equipamento do colégio.

Os alunos já têm de vir equipados de casa.

Devem trazer uma muda de roupa, num saco, para vestirem depois de terminarem a prova e tomarem banho.

Terão, no máximo, 20 minutos para tomar banho e mudarem-se, devendo abandonar obrigatoriamente o balneário nesse tempo limite.

Os alunos são aconselhados a não trazerem valores, de forma a evitar situações desagradáveis, não se responsabilizando a organização por furtos ou danos.

11. Dorsais

Todos os alunos serão portadores de um dorsal com a cor do seu escalão:

- Infantis A - amarelo
- Infantis B - verde
- Iniciados - laranja
- Juvenis - azul
- Juniores – rosa

12. Classificações

As classificações serão efetuadas por gênero e de acordo com a ordem de chegada, relativamente ao escalão de cada um. Estas estarão posteriormente disponíveis no site do colégio (online), na página oficial do facebook, nos bares, quer do básico quer do secundário e nos pavilhões.

13. Partidas

A partida será efetuada no campo de futebol do seminário. Assim que esta seja dada, far-se-á a chamada para a prova seguinte e, por este mesmo motivo, os alunos deverão estar próximos desta zona e atentos à programação da manhã. Em caso de atraso, serão excluídos da prova.

Antes da prova seguinte irá ser efetuado um aquecimento obrigatório ministrado pela organização, em espaço delimitado para o caso, no campo de futebol do seminário.

14. Chegadas

Na chegada, os alunos devem manter-se numa fila ordenada para que seja mais fácil a obtenção das classificações através da entrega dos dorsais. De seguida, receberão instruções dos alunos da organização ou dos professores de Educação Física.

15. Desistências

Durante a prova, caso um dos alunos queira desistir, deve dirigir-se ao Juiz de Percurso mais próximo e entregar-lhe o seu dorsal.

Aqueles alunos que se inscreveram e que não participem, terão uma falta injustificada e respetiva participação ao Coordenador Pedagógico-Disciplinar. A única exceção é em caso de doença devidamente comprovada.

16. Desclassificações

Os alunos serão desclassificados no caso de cometerem alguma das seguintes irregularidades:

- Equipamento inadequado;
- Troca indevida dos dorsais entre os participantes;
- Comportamentos de indisciplina durante a prova;
- O não cumprimento do percurso como este foi estipulado;
- Correr fora do seu escalão;
- A "não entrega" do dorsal no final da prova.
- Serem portadores de comida ou objetos ilícitos.

17. Prémios

Os prémios atribuídos serão: medalhas aos três primeiros classificados de cada escalão e por gênero. A sua entrega será efetuada no final da prova.

18. Operador de Som e Imagem

Qualquer informação importante a revelar antes, durante e após as provas de todos os escalões será realizada através de uma aparelhagem de som.

Os alunos do Curso de Artes e Indústrias Gráficas serão os responsáveis por filmar e fotografar o evento.

19. Júri

A composição do Júri é da responsabilidade dos organizadores.

Os Juízes responsáveis por setores tais como, de percurso, de partidas e chegadas serão professores de Educação Física e alunos do Curso de Animação Sócio-Desportiva.

20. Informações complementares

Os alunos do Núcleo do Ensino Básico, depois de terminada a prova, deslocam-se acompanhados por professores à sala de aula para se munirem do saco, seguindo posteriormente em direção ao balneário.

No percurso externo irão estar agentes da GNR para maior segurança dos participantes e os Bombeiros Voluntários dos Carvalhos estarão presentes com uma ambulância nas instalações do CIC, para apoio médico.

21. Casos Omissos

Todos os casos omissos neste Regulamento serão resolvidos pela organização.