



COLÉGIO  
INTERNATO  
CLARET

# **Regulamento do XXIII Corta-Mato Colégio Internato dos Carvalhos 2019/2020**





## **1. Organização**

A organização do corta-mato escolar no Colégio Internato dos Carvalhos é da responsabilidade do Grupos Disciplinares de Educação Física e Desporto do Colégio Internato dos Carvalhos e dos professores de Educação Física do Colégio Internato Claret, 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 06 de dezembro de 2019, e decorrerá no interior e exterior das instalações escolares. O início da atividade está previsto para as 10h:00m e o término será às 13h00m, contudo sendo uma atividade que se realiza no espaço exterior está condicionada às condições climáticas, 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 e do Colégio Internato Claret. Nesta atividade pretende-se apurar os primeiros classificados de cada escalão, de ambos os colégios, 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 22 de novembro de 2019 (sexta-feira) online ou em ficheiro Excel próprio para o efeito, não se aceitando inscrições após a data.

Todos os alunos, de ambos os colégios organizadores, podem participar. A inscrição deve ser realizada em função do respetivo ano de nascimento. No dia da prova estes correrão individualmente por escalão e género e a competição coletiva/turma exige a participação de pelo menos 4 elementos por género.



## **6. Escalões**

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

<b>Escalão</b>	<b>Ano de Nascimento</b>
Infantil A	2009 – 2011
Infantil B	2007 – 2008
Iniciados	2005 – 2006
Juvenis	2002 a 2004
Juniores	1998 a 2001

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:**

<b>Escalão</b>	<b>Distância</b>
Infantil A	1000 metros
Infantis B – Masculino	1500 metros
Infantil B – Feminino	1500 metros
Iniciados – Masculino	2500 metros
Iniciados – Feminino	2000 metros
Juniores / Juvenis – Masculino	3500 metros
Juniores / Juvenis – Feminino	2500 metros

## **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 – **10h00m**
- 2º Juniores / Juvenis Feminino – **10h45m**
- 3º Benjamins – Masculino/Feminino - **11h20m**
- 4º Infantis A – Masculino/Feminino - **11h30m**
- 5º Infantis B – Masculino/Feminino - **11h50m**
- 6º Iniciados Masculino – **12h20m**
- 7º Iniciados Feminino – **12h40m**

13h00m - Final das provas.

## **9. Divulgação**

A divulgação será feita através de cartazes nos pontos chave dos Colégios. 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 do Colégio Internato Claret e ainda de umas sapatilhas.

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

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:

- Benjamins - Rosa
- Infantis A - Amarelo
- Infantis B - Verde
- Iniciados - Laranja
- Juvenis – Branco / Azul
- Juniores – Branco / Azul

## **12. Classificações**

As classificações serão efetuadas por género 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 e nos pavilhões de ambos os Colégios.

## **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 será 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 e respetivo Tutor. 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 género. 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 Colégio Internato Claret, 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. 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.