



TAÇA DE BENJAMINS – 3ª JORNADA

CENTRO DESPORTIVO DA MADEIRA (RIBEIRA BRAVA) – 14 DE FEVEREIRO DE 2009

1. REGULAMENTO DA TAÇA DE BENJAMINS

- 1.1. A Taça de Benjamins é uma competição aberta, dirigida especialmente aos atletas dos clubes filiados na AARAM e dos núcleos de desporto escolar.
- 1.2. É uma competição destinada ao escalão de Benjamins-B (nascidos em 1998 e 1999) e ao último ano de Benjamins-A (nascidos em 2000). As crianças mais jovens (1º e 2º ano de Benjamins-A) devem ser objecto de outras formas de actividade interna nos próprios clubes.
- 1.3. Esta competição que conta para o PACRAM, integra um conjunto de seis jornadas ao longo dos meses de Novembro a Maio e tem por objectivos principais: proporcionar uma competição em moldes mais adequados a este escalão etário, favorecer a aprendizagem multidisciplinar e simplificada do Atletismo e estimular os clubes para o recrutamento e iniciação dos jovens.
- 1.4. As inscrições devem ser enviadas para a AARAM, em ficha informática própria, até quinta-feira (dia 12/Fevereiro). Eventuais rectificações podem ser feitas no próprio dia das provas, até 30 minutos antes do seu início.

1.5. Forma de participação:

- 1.5.1. Os atletas participam agrupados em equipas de 4 a 7 elementos.
- 1.5.2. As equipas podem ser constituídas por jovens de ambos os sexos.
- 1.5.3. Cada clube pode participar com várias equipas.
- 1.5.4. Todos os elementos das equipas percorrem as estações competitivas, participando em todas as provas da jornada.
- 1.5.5. Em cada prova os atletas são pontuados individualmente, sendo os resultados expressos em níveis de 1 a 5, de acordo com a tabela de níveis de rendimento do Programa Regional para Benjamins.
 - 1.5.5.1. Os resultados não são medidos nem expressos de forma convencional, mas por zonas de rendimento.

1.6. Classificação Colectiva:

- 1.6.1. Cada equipa é classificada de acordo com a média aritmética dos níveis individuais (de 1 a 5) alcançados em cada prova por todos os elementos da equipa.
- 1.6.2. Cada clube (ou escola) somará, em cada jornada, os pontos (contados até ao décimo de ponto) correspondentes à soma da pontuação obtida pelas suas duas melhores equipas (desde que, no conjunto dessas equipas, existam elementos de ambos os sexos – se em ambas as equipas existirem apenas atletas do mesmo sexo, será considerada a equipa seguinte em que existam atletas do outro sexo).
 - 1.6.2.1. A essa pontuação poderá ser acrescido mais 1 ponto por cada outra equipa classificada do mesmo clube, até um máximo de mais duas equipas (máximo: +2pts).
 - 1.6.2.2. Será ainda acrescida, em cada jornada, uma pontuação de mérito por conduta desportiva, entre 1 e 5 pontos – esta pontuação é atribuída por uma comissão de elementos do Departamento Técnico e da Direcção da AARAM, seguindo os seguintes critérios: organização, pontualidade, vestuário, conhecimento das regras e fair-play dos atletas e responsáveis técnicos.
- 1.6.3. A classificação colectiva final da Taça de Benjamins obter-se-á pela soma dos pontos conseguidos por cada clube (ou escola) no conjunto das seis jornadas.
- 1.6.4. Para obter classificação colectiva, os clubes devem participar em, pelo menos 50% das jornadas (neste caso, três jornadas).
- 1.6.5. Na última jornada, será atribuído um troféu ao clube (ou escola) vencedor da Taça de Benjamins.



2. PROGRAMA / HORÁRIO DA 3ª JORNADA:

Sábado (14/Fevereiro/2009) – Centro Desportivo da Madeira (Ribeira Brava)

Início	Prova	Sexo	Anos	Descrição
10h30	Salto em Altura	F/M	1998	Estilo <u>Tesoura</u> (c/ fasquia e recepção na <u>caixa de areia</u> ou colchão de ginástica – ±10cm espessura) Alturas fixas: 75, 85, 95 e 105cm (2 ensaios por altura) Corrida limitada a 10m.
	Arremesso da Bola (como Dardo)			Lançamento a uma mão (tipo Dardo) de uma Bola de Hóquei (ou de Ténis) sobre o ombro. (recomenda-se o balanço simples: E→D-E ou E-D-E→D-E) Realizar o lançamento sobre um obstáculo alto (baliza de futebol, por exemplo) – ângulo do sector de queda: ±40º.
	Corrida de Velocidade (até 40m)			Partida a 2 apoios (ou em posições alternativas, nas distâncias mais curtas) Vozes: <i>Aos seus lugares</i> + sinal sonoro (claque) Separam-se as crianças em vários grupos e realizam-se 4 a 6 corridas (1 ou 2x 20m, 1 ou 2x 30m e 2x 40m) . De uma corrida para outra, as crianças podem mudar de grupo, procurando formar grupos equilibrados. Cronometram-se as duas últimas corridas de 40m, sendo os níveis atribuídos pelo melhor dos tempos obtidos nestas duas corridas.
	Barreiras (40 m Barr.)			Partida a 2 apoios e vozes como 40m 5 barreiras: 11m + 6m / 50cm Organização como na corrida de velocidade: 4 a 6 corridas (1-2x3ªb; 1-2x4ªb; 2x40mb). Cronometram-se as duas últimas corridas de 40mb, sendo atribuídos os níveis pelo melhor dos tempos.
±12h00	Final do Encontro			

3. NORMAS DE ORGANIZAÇÃO

- 3.1. Os jovens, em equipa, experimentam e competem num circuito de estações constituído pelas quatro provas.
 - 3.1.1. O ajuizamento destas provas será assegurado prioritariamente pelos próprios técnicos e/ou atletas mais velhos. Os técnicos permanecem em cada estação do circuito, sendo designado apenas um para acompanhar cada conjunto de grupos nas mudanças de estação (que é responsável também por levar as folhas de registo de resultados). Os técnicos devem actuar de forma isenta e serena (não esquecendo que são o modelo de referência para os seus atletas).
 - 3.1.1.1. Por cada equipa apresentada, cada clube/escola deve apresentar um técnico ou um atleta mais velho que possa ajudar na organização e ajuizamento.
- 3.2. Em cada estação (concursos, velocidade e barreiras), as crianças permanecem por um período de cerca de 20 minutos. Durante esse tempo haverá o seguinte procedimento:
 - 3.2.1. Concursos: cerca de 5 a 10 minutos de experimentação, mais 10 a 15 minutos de competição, nos moldes definidos para cada prova.
 - 3.2.2. Corridas de Velocidade e com barreiras: explicação dos procedimentos da partida, passando a seguir à actividade organizada segundo os moldes já descritos – 2 a 4 corridas mais curtas (20-30m) sem cronometragem, terminando com 2 corridas cronometradas de 40m.
- 3.3. Serão registadas, em níveis, as melhores prestações de cada criança, de acordo com o Quadro de Níveis de Rendimento (consultar o quadro no Programa Regional de Provas para Benjamins-B).



Esclarecimento adicional:

- Em cada jornada, para que contribuam colectivamente para a classificação do clube na Taça de Benjamins, as equipas terão de classificar, em cada prova, um mínimo de 4 elementos.
- Assim, no caso de haver alguma falha numa equipa que participa com mais de quatro elementos, essa equipa poderá, ainda assim, obter classificação colectiva, desde que respeitando o expresso no ponto anterior.
- Caso, por algum motivo, as equipas não consigam classificar pelo menos 4 elementos em cada prova, essas equipas, nessa jornada, não serão contabilizadas para a classificação colectiva.
 - No entanto, estas equipas, tal como os clubes que não consigam reunir o número mínimo para constituir uma equipa completa, não serão inibidos de participar nestas actividades.

(CONSULTAR O PROGRAMA REGIONAL DE PROVAS PARA BENJAMINS B)