



TAÇA DE BENJAMINS – 7ª JORNADA (FINAL)

BARREIROS – 10 DE JUNHO 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).
 - 1.2.1. **Excepcionalmente, por se tratar da última jornada, as crianças de 1º e 2º ano de Benjamins-A poderão também participar neste torneio.**
- 1.3. Esta competição que conta para o PACRAM, integra um conjunto de sete jornadas ao longo dos meses de Novembro a Junho 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, em cada jornada, deverão ser enviadas para a AARAM, em ficha informática própria, até a quinta-feira anterior à competição. Poderão efectuar-se eventuais rectificações no próprio dia das provas.
- 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 sete jornadas.
 - 1.6.4. Para obter classificação colectiva, os clubes devem participar em, pelo menos, três jornadas.
 - 1.6.5. Será atribuído um troféu ao clube (ou escola) vencedor da Taça de Benjamins.



2. PROGRAMA / HORÁRIO DA 7ª JORNADA:

Quarta (10/Junho/2009) – Estádio dos Barreiros

Início	Prova	Sexo	Anos	Descrição
10h30	10 Saltos	F/M	1998	10 saltos sobre <u>10 cones</u> , com um apoio entre cada cone e corrida prévia (máximo: 10m). Existem <u>4 sequências de cones</u> separados entre si pelas distâncias indicadas nos níveis. <u>O intervalo entre o 1º e o 2º cone é sempre 50cm maior</u> que os outros intervalos (que são constantes). Os alunos começam pela sequência mais fácil (2 tentativas em cada sequência).
	Lançamento da Bola (como Dardo)		1999	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.
	Estafeta (4x 25m)		2000	Zona de aceleração + transmissão: ±10m. Referência visual: -5m. Vozes: como nos 40m. As crianças são colocadas a: 100m, 80m, 55m e 30m da meta.
+ 2001 2002		São colocadas marcas a 85m, 60m e 35m da meta, como referência visual para iniciar a corrida quando o companheiro passa por lá. Pode ser definido um limite de 10m para a transmissão (apenas referencial). Cada equipa corre 3 a 4 vezes (considera-se o melhor tempo).		
±12h10	Entrega de Prémios			
±12h30	Final do Encontro			

3. NORMAS DE ORGANIZAÇÃO

- 3.1. Os jovens, em equipa, experimentam e competem num circuito de estações constituído pelas três 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 (saltos, lançamento e estafetas), as crianças permanecem por um período de cerca de 15 a 25 minutos. Durante esse tempo haverá o seguinte procedimento:
 - 3.2.1. Cerca de 5 a 10 minutos de experimentação, mais 10 a 15 minutos de competição, nos moldes definidos para cada prova.
- 3.3. Na Estafeta (4x25m) participam, de cada vez, apenas quatro elementos por equipa. As crianças são colocadas a: 100m, 80m, 55m e 30m da meta. Adicionalmente, são colocados senalizadores 5m atrás (a 85m, 60m e 35m da meta) como referência visual para iniciar a corrida quando o companheiro passa por lá. Os jovens devem acelerar e transmitir o testemunho em cerca de 10m (poderá ser marcado um limite, mas apenas como referência). Cada equipa corre 2 a 4 vezes podendo alterar a constituição e a ordem dos elementos (considera-se o melhor tempo de cada equipa).
- 3.4. Caso o número de participantes o justifique e hajam colaboradores em número suficiente, as estações (provas) serão duplicadas, de forma a diminuir os tempos de espera e a duração total do encontro.
- 3.5. Serão registadas, em níveis, as melhores prestações de cada criança, de acordo com o Quadro de Níveis de Rendimento entretanto rectificado (consultar o quadro no Programa Regional de Provas para Benjamins-B).

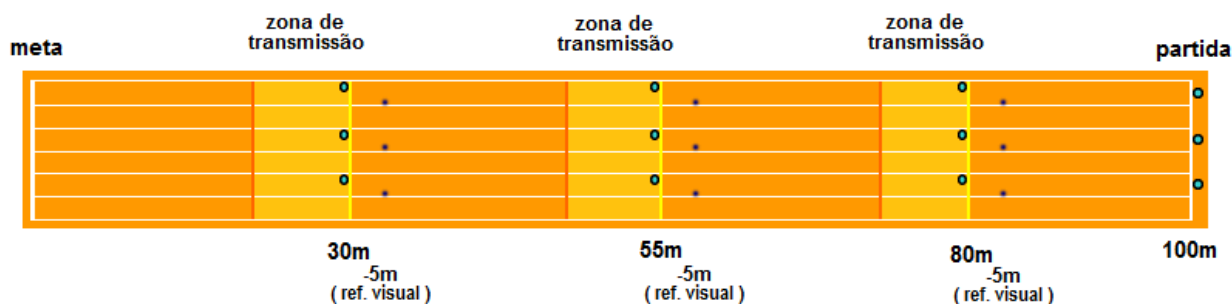


Esclarecimento adicional:

- 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.
 - A título excepcional, caso um clube (ou escola) inscreva apenas uma equipa e, por falta ou desistência de um elemento da equipa, não consiga classificar-se colectivamente, poderá beneficiar da pontuação de mérito até ao máximo de 3 pontos.

(CONSULTAR O PROGRAMA REGIONAL DE PROVAS PARA BENJAMINS B)

Estafeta 4x 25m (Benjamins)



10 SALTOS (Benjamins)

