

Regulamento
XXIV Taça Seomara
Dia da Escola
11 de Novembro (2ª feira)
2019

1. A XXIV Taça Dr.^a Seomara da Costa Primo constitui um momento alto das atividades do Agrupamento de Educação Física e do Plano Anual de Atividades do Agrupamento Escolas Amadora Oeste.
2. A prova realiza-se no dia 11 de Novembro, no campo exterior desportivo da Escola e no Pavilhão com início às 9:00 horas. **A confirmação da presença terá de ser feita até às 8:30 no secretariado.**
3. O prazo de inscrição termina no dia 7 (5ª feira) de Novembro.
4. A prova divide-se em 2 escalões:
Escalão A – Turmas do Ensino Básico do Agrupamento Escolas Amadora Oeste.

Escalão B - Turmas do Ensino Secundário, (CEFs, Vocacionais, Básicos e Secundários).
5. As equipas são constituídas por 6 elementos, 3 rapazes e 3 raparigas (no ato da inscrição os alunos devem indicar quais os que participam em cada prova).
NOTA: A equipa não pode participar com menos de 5 elementos, nesse caso será desclassificada.
6. Modalidades:
Basquetebol 3 x 3 (1 rapariga e 2 rapazes).
Voleibol 4 x 4 (2 rapazes e 2 raparigas) Sec. e CEF.
3 x 3 (2 raparigas e 1 rapaz) Bás.
Tração da corda (6 elementos)

Atletismo:

Lançamento do peso (1 rapaz e 1 rapariga)

Estafeta 4 x 80 m. (2 rapazes e 2 raparigas)

Os 6 elementos têm que participar numa destas provas.

Só poderá haver substituições durante o jogo em caso de lesão.

As equipas só podem ser constituídas com elementos da mesma turma na disciplina de Educação Física.

NOTA: Em caso de insuficiência de número de alunos autoriza-se a junção de 2 turmas.

7. As regras do Voleibol 4 x 4 e 3 x 3 são as oficiais com as seguintes exceções:
 - Duração do jogo: 10 minutos.
 - Desempate com diferença de 2 pontos.
8. As regras do Basquetebol 3 x 3 são as oficiais com as seguintes exceções:
 - Duração do jogo: 10 minutos.
 - Desempate com 3 lances livres (1 de cada elemento).
9. As regras do Lançamento do peso são as seguintes:
 - 2 Lançamentos de cada elemento.
 - Somatório dos melhores lançamentos (1 de cada elemento).
10. As regras das corridas de estafetas são as seguintes:
 - O primeiro elemento da equipa corre no seu corredor até ao final da 1ª curva.
11. As regras da Tração da Corda são as seguintes:
 - Vitória da equipa que ganhe duas vezes.
12. O sistema de Pontuação é o seguinte:

No lançamento do peso e Estafeta ao vencedor é atribuído 16 pontos, ao 2º será atribuído 15 até ao 16º lugar com 1 ponto. Nos desportos colectivos e tração da corda a pontuação é conforme o quadro seguinte:

Tabela de pontuação

1º Classificado	16
2º Classificado	14
3º Classificado	12
5º Classificado	8
9º Classificado	2
17º Classificado	0

A equipa com maior número de pontos (da junção de todas as modalidades) é considerada vencedora. No caso de empate a equipa com maior número de vitórias por modalidade é considerada vencedora.

- 13. Só são permitidas 16 equipas por escalão. As inscrições são consideradas por ordem de entrada. Quando atingirmos o limite das 16 equipas fecham as inscrições. Podem ser entregues no Gabinete de Educação Física ou ao professor de educação física. As segundas equipas da mesma turma a inscreverem-se só serão autorizadas a participar se não for completado o quadro das 16 equipas.**
14. Prémios: As equipas vencedoras receberão a Taça Seomara (1 para cada elemento da equipa).
- 15. A inscrição é facultativa, no entanto a equipa que fizer falta de comparência, os seus elementos serão impedidos de participar em outros eventos desportivos da Escola.**
16. Os horários propostos devem ser respeitados, havendo apenas uma tolerância de 5 minutos.
17. Qualquer caso omissos será resolvido pela comissão organizadora.
18. Qualquer tentativa de fraude levará a desclassificação da equipa e poderá levar à instauração de um processo disciplinar ao responsável pela mesma.

O Agrupamento de E. Física 2018