

# **CORTA MATO**

# **2017**

## **ORGANIZAÇÃO:**

AGRUPAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA  
AGRUPAMENTO ESCOLAS AMADORA OESTE

**13 de Dezembro**  
**(Quarta – Feira)**  
**Hora de INÍCIO 10:00 HORAS**

**INSCRIÇÕES ATÉ DIA 6/12**

**AGRUPAMENTO de ESCOLAS AMADORA OESTE**  
**ESCOLA SECUNDÁRIA SEOMARA COSTA PRIMO**  
**ESCOLA BÁSICA 2 3 D. FRANCISCO MANUEL DE MELO**  
**CORTA MATO**

ANO LETIVO 2017/2018

**REGULAMENTO**

1. O Corta-Mato é organizado pelo Agrupamento de Educação Física da Escola Secundária Seomara da Costa Primo e D. Francisco Manuel de Melo, realizando-se no **dia 13 de Dezembro** (4ª feira) de 2017.
2. Está aberto à participação de todos os alunos de ambas as Escolas:
  - a) Funcionando como teste de avaliação da disciplina de Educação Física para os alunos do Ensino Básico.
3. Os escalões etários para o ano letivo de 2016/2017 são os seguintes:

<b>Escalões etários</b>	<b>Nascidos em:</b>
Infantis A	07/08/09
Infantis B	05/06
Iniciados	03/04
Juvenis	00/01/02
Juniores	96/97/98/99

4. O programa de provas é o seguinte:

<b>Horas</b>	<b>Escalão</b>	<b>Distância</b>	<b>VOLTAS</b>
10:00	Infantil A - Masculinos	800 Metros	<b>1 Volta</b>
Variável dependendo do ritmo da(s) prova(s) anterior(es)	Infantil A - Femininos	800 Metros	<b>1 Volta</b>
	Infantil B - Masculinos	800 Metros	<b>1 Volta</b>
	Infantil B - Femininos	800 Metros	<b>1 Volta</b>
	Iniciados - Masculinos	1600 Metros	<b>2 Voltas</b>
	Iniciados - Femininos	1600 Metros	<b>2 Voltas</b>
	Juvenis - Femininos Juniores - Femininos	1800 Metros	<b>2 Voltas + 1 Volta Pequena</b>
	Juvenis - Masculinos Juniores - Masculinos	2400 Metros	<b>3 Voltas</b>

5. As Inscrições deverão ser enviadas até ao dia 6 de Dezembro (4ª feira).

**Nota - Todas as inscrições que derem entrada fora de prazo não serão consideradas.**

6. Os professores têm de dar a conhecer o percurso aos alunos no local, antes da prova se iniciar

7. Os alunos terão de entrar no recinto da prova com o dorsal identificativo (colocado na zona do peito).

8. Cada aluno só pode participar na prova correspondente ao seu escalão etário.

9. Os alunos participantes têm de ser portadores de equipamento desportivo adequado às características e condições do local de prática, sendo os professores acompanhantes responsáveis pelo devido enquadramento e orientação dos alunos.

10. A classificação individual será feita por escalão etário / sexo.

11. Serão entregues medalhas aos três primeiros classificados de cada escalão

12. Este Corta-Mato definirá os alunos apurados para a Fase Concelhia da competição **(o dia será informado posteriormente)**.

13. Tendo em conta as características específicas do Corta-Mato, relembramos os responsáveis dos critérios que devem presidir à selecção dos jovens:

Não estão previamente diagnosticados casos de dificuldades respiratórias face a esforços intensos e prolongados.

Ponderar devidamente a participação de alunos que apresentem no seu historial clínico, registos de crises asmáticas, já que o tipo de esforço, associado à época invernal em que se disputa esta competição, pode ser despoletador de crises.

14. Todos os casos omissos deverão ser apresentados por escrito, num prazo de 30 minutos após a prova, no intuito de serem analisados pela respectiva organização.