



REGULAMENTO E GUIÃO DE ORGANIZAÇÃO E  
ATIVIDADES PARA ESCOLAS

**10. FESTIVAL DE NATAL - ESCOLAS**

Piscina de Machico / Piscina de 25 metros

Funchal, 17 de dezembro 2016

Época Desportiva 2016/2017

---

## FESTIVAL DE NATAL – Portugal a Nadar / Escolas

---

1. **DATA:** Machico, 17 de Dezembro de 2016
2. **LOCAL:** Piscina de Machico
3. **HORÁRIO**

	Data	Familiarização	Início de Provas
<b>Sessão Única</b>	<b>17-Dez-2016</b>	<b>09:00h - 09:30h</b>	<b>10:00h</b>

#### 4. PARTICIPAÇÃO

**4.1** Poderão participar nadadores devidamente licenciados na época 2016/2017 pela Federação Portuguesa de Natação, pertencentes ao projeto “Portugal a Nadar”, **ESCOLAS;**

**4.2** A atividade pretende satisfazer meninos ou meninas com idades compreendidas entre os 5 e os 10 anos que estão numa fase de aprendizagem da natação;

**4.3** As atividades serão organizadas por idade e grau de dificuldade. Porém, não devem ser aceites inscrições para provas de 25 metros para crianças que ainda não dominam a respiração aquática associada à propulsão;

**4.4** As atividades serão lúdicas e recreativas, incluindo iniciação às estafetas para as crianças mais experientes.

#### 5. INSCRIÇÕES

**5.1** As inscrições têm de dar entrada na Associação de Natação da Madeira até ao dia 12 de Dezembro de 2016, segunda-feira, 18h00;

**5.2** As inscrições para a categoria escolas são efetuadas através de ficha própria (**ANEXO 1**), e enviadas para:

- [vitorpereira@anatacaodamadeira.pt](mailto:vitorpereira@anatacaodamadeira.pt) e para o [geral@anatacaodamadeira.pt](mailto:geral@anatacaodamadeira.pt)

## **6. DESFILE DOS CLUBES PARTICIPANTES**

**6.1** A abertura do festival ou das atividades é feita através de um desfile de todos os participantes ordenados por ordem alfabética do nome dos clubes, cada qual com a sua placa identificadora disponibilizada pela Associação de Natação da Madeira (ANM). No caso de o clube ser coorganizador, deverá ser o último a desfilar. É finalizada com declaração de boas vindas e de abertura do festival;

**6.2** Os treinadores e professores deverão acompanhar a sua equipa no desfile;

**6.3** O mesmo que o ponto “a)” para o encerramento do encontro, sempre que houver tempo disponível e prémios de participação para entregar.

## **7. CLASSIFICAÇÃO**

Não haverá classificação oficial, serão reforçados e valorizados a competência do saber fazer e dentro das regras e objetivos definidos. No final será oferecido uma pequena lembrança de participação.

## **8. ORGANIZAÇÃO**

A organização deverá ter 4 a 6 responsáveis por cada uma das estações e mais dois técnicos a coordenar a sequência e cumprimento do programa de atividades. Os clubes poderão colaborar na execução e coordenação das atividades previstas em cada uma das pistas.

## 7. PROGRAMA GERAL DA ATIVIDADE - 9H00 às 12H (CRIANÇAS MAIS NOVAS, DOS 5 AOS 10 ANOS)

**9h às 9h30: FAMILIARIZAÇÃO.** Todas as crianças devem ter um primeiro contacto com a piscina antes da atividade principal: informação sobre as características do meio que visa a familiarização (ex. profundidade), o apoio plantar e manual e a temperatura. Esta atividade é da responsabilidade do treinador da respetiva equipa/clube;

**9h15 às 9h30: Chamada e registo de presença.** Feito pela organização com ajuda do professor ou treinador do clube e entregue à organização, conforme lista de inscrição submetida previamente;

**9h30 às 9h45: Entrega/explicação aos treinadores da informação sobre a distribuição dos nadadores por pistas/estações.** Em cada pista / estação haverá um responsável organizador que coordena a atividade do seu grupo;

**9h45: DESFILE à volta da piscina de frente para a bancada principal,** cada clube com a sua placa identificadora;

**10h00: Saltos de pés ou de cabeça e apanha de um ou dois objetos no fundo.**

Organizar grupos de 5 a 12 por pista / zona por idade e colocar as pedras em diferentes graus de dificuldade;

**10h15: Jogo da caça ao tesouro,** com diferentes níveis de profundidade e seguindo a mesma regra do jogo anterior;

**10h30: INTERVALO / Transição para “provas de 25 metros”**

**10h45: Saltar e nadar 25 metros pernas crol com prancha e respiração.** Em cada pista colocar dois nadadores, começar dos mais pequenos para os mais altos;

**11h: Mesmo que o jogo anterior mas na técnica de costas.** Em cada pista colocar dois nadadores, começar dos mais pequenos para os mais altos. Caso haja atraso no programa esta prova é suspensa;

**11h15: Partida fora da água e nadar 25 metros em CROL com respiração aquática;**

**11h30: Partida dentro da água e nadar 25 metros em COSTAS;**

**11h45: 4x25 crol estafeta.** Só para os mais experientes e com idades acima dos 7 anos.

**12h00: ENCERRAMENTO DA SESSÃO**

**NOTA:** Os jogos poderão ser ajustados ou substituídos por outros conforme o programa específico a adotar pela ANM / CLUBE.

ASSOCIAÇÃO DE NATAÇÃO DA MADEIRA  
GUIÃO DE ORGANIZAÇÃO DE ATIVIDADES PARA ESCOLAS E GRUPOS DE FORMAÇÃO DESPORTIVA

**FICHA DE INSCRIÇÃO PARA FESTIVAL – ESCOLAS (ANEXO 1)**

FESTIVAL PORTUGAL A NADAR	NOME DO FESTIVAL	DATA DO EVENTO	RESPONSÁVEL
NOME DO CLUBE →			

	NOME COMPLETO (ordenar por idade, ordem crescente)	IDADE ↓	OBSERVAÇÃO
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			

25			
26			
27			
28			
29			
30			
31			
32			
33			
34			
35			
36			
37			
38			
39			
40			
41			
42			
43			
44			
45			
46			
47			
48			
49			
50			

NOME DO TREINADOR(es) QUE ACOMPANHAM OS NADADORES	CONTACTO (TELEMÓVEL)

Data de envio da inscrição (a preencher pelo Clube): \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

**ASS. RESPONSÁVEL:**

Data da receção da inscrição (e preencher pela ANM): \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

\_\_\_\_\_