



REGULAMENTO E GUIÃO DE ORGANIZAÇÃO DAS ATIVIDADES DO FESTIVAL PORTUGAL/MADEIRA A NADAR DA ANM:

AD CAMPANÁRIO

ORGANIZADO PELA ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA DO CAMPANÁRIO EM PARCERIA COM A ASSOCIAÇÃO NATAÇÃO DA MADEIRA

RIBEIRA BRAVA, SÁBADO 14 DE JULHO DE 2018

**COMPLEXO DE PISCINAS DA RIBEIRA BRAVA:
PISCINA DE 25 METROS DE 6 PISTAS + TANQUE DE APRENDIZAGEM**

ÉPOCA DESPORTIVA 2017/2018



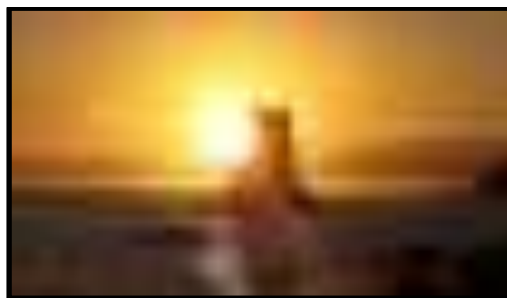
- FESTIVAL PORTUGAL/MADEIRA A NADAR

- FESTIVAL ORGANIZADO PELA ADC EM PARCERIA COM A ASSOCIAÇÃO DE NATACÃO DA MADEIRA.

- COMPLEXO DE PISCINAS COBERTAS DA RIBEIRA BRAVA (PISCINA DE 25m x 6 Pistas + Tanque de Aprendizagem).

- RIBEIRA BRAVA, 14 DE JULHO DE 2018

DAS 10:00 ÀS 13:00



REGULAMENTO A - PORTUGAL A NADAR (CRIANÇAS DOS 3 AOS 6 ANOS)

1. PARTICIPAÇÃO

1.1 Poderão participar nadadores inscritos na época 2017/2018 pela Federação Portuguesa de Natação, pertencentes, ao projeto “**PORTUGAL A NADAR**”;

1.2 Pretende-se neste festival proporcionar momentos de convívio lúdico a crianças dos **3 AOS 6 ANOS** que se encontrem numa fase de familiarização e adaptação ao meio aquático;

1.3 A atividade será organizada em circuito de três estações com diferentes tarefas no tanque de aprendizagem. Os participantes serão divididos em três escalões etários, nomeadamente: 1º. **TRÊS E QUATRO ANOS**; 2º. **CINCO ANOS** e 3º. **SEIS ANOS**. No início da atividade o 1º escalão ocupará a 1ª estação (procura de objetos no fundo da piscina), o 2º escalão ocupará a 2ª estação (saltos) e o 3º escalão ocupará a 3ª estação (deslocação individual e coletiva com ajuda de flutuadores). Cada escalão etário será constituído por grupos de três crianças. Após o fim da realização da tarefa estabelecida, executa a tarefa, na mesma estação o seguinte grupo de três crianças e assim sucessivamente até que todos os elementos de cada escalão etário tenham concluído a sua participação na realização das tarefas de cada estação. Verificando-se isto em todas estações, os escalões etários rodam para a seguinte estação até perfazer por completo o circuito de três estações;

1.4 A pista Nº1 da piscina de 25m estará disponível para as crianças que se sintam mais à vontade no meio aquático. Elas realizarão exatamente as mesmas tarefas do circuito de estações e em simultâneo com as suas congéneres de 6 anos que se encontram no tanque de aprendizagem.

1.5 As crianças dos 3 aos 6 anos devem usar os respetivos balneários, feminino e masculino do tanque de aprendizagem, e os nadadores da piscina de 25m os balneários respetivos, masculino e feminino.

2. INSCRIÇÕES (inclui inscrição para a macarronada)

2.1 As inscrições são efetuadas em formulário próprio, anexado a este regulamento, cada clube deverá fazer uma **pré-inscrição** quantitativa e nominal das crianças com quem pretende participar. A data limite para fazer a supradita pré-inscrição é até o dia 9 de julho de 2018, segunda-feira, 18h00;

2.2 As inscrições são efetuadas através de ficha própria (ANEXOS 1), e enviadas para os seguintes endereços eletrónicos: vitorpereira@anatacaodamadeira.pt e para o geral@anatacaodamadeira.pt;

2.3 Na ficha de inscrição deve indicar se a criança vai ao almoço. O almoço (macarronada) é oferecido pela organização a todos os nadadores e treinadores e para os pais/acompanhantes tem um custo de

2,00€/pessoa. Este valor tem de ser entregue no ato de inscrição ou, no limite, até 10 de julho, junto da ANM.

2.4 O deferimento da ficha de inscrição apresentada por cada um dos clubes só será efetuado após verificação da inscrição Portugal a Nadar.

3. PROGRAMA

I PARTE NA PISCINA (TANQUE DE APRENDIZAGEM)		
HORÁRIO	ATIVIDADE/TAREFA	ORGANIZAÇÃO
09:15	DA PISCINA ABERTURA	Entrada e muda de roupa. Preparação para apresentação dos clubes presentes. Crianças do tanque e nadadores da piscina de 25m. Crianças dos 3 aos 6 anos devem usar o balneário do tanque de aprendizagem.
09:30	REUNIÃO TÉCNICA	Cais de acesso às Piscinas
09h45	CLUBES À VOLTA DA PISCINA.	Todos os clubes com a sua placa identificadora, à volta da piscina de 20m. Será feita apresentação por ordem sonora da Abertura do festival
10h00	FAMILIARIZAÇÃO COM O MEIO AQUÁTICO	Sob a tutela dos professores, as crianças dos clubes participantes ingressam no tanque de aprendizagem. Cada grupo dispõe de 5' para fazer adaptação/familiarização.
<p>A atividade será de cariz Lúdico organizada em circuito com quatro grupos e três estações com diferentes tarefas no tanque de aprendizagem. Os participantes serão divididos em três escalões etários, nomeadamente: 1º. Três e quatro anos; 2º. Cinco anos e 3º. Seis anos (subdivididos em dois grupos). Cada escalão etário será constituído por grupos de três crianças. Após o fim da realização da tarefa estabelecida, executa a tarefa, na mesma estação o seguinte grupo de três crianças e assim sucessivamente até que todos os elementos de cada escalão etário tenham concluído a sua participação na realização das tarefas de cada estação. Verificando-se isto em todas estações, os escalões etários rodam para a seguinte estação até perfazer por completo o circuito de três estações. Disponibiliza-se para a execução de cada estação aproximadamente quinze minutos. A quarta estação é destinada às crianças que estejam mais à vontade e fazem todas as atividades do tanque.</p>		
1º ESCALÃO ETÁRIO: CRIANÇAS DOS 3-4 ANOS		
10h10	1ª ESTAÇÃO DO CIRCUITO: “Introdução à respiração e apanha de objetos na água”	São feitas 3 tarefas com 3 graus de dificuldade, podendo dividir-se em dois subgrupos, primeiro subgrupo: 1) Crianças empurram bola pequena (ténis de mesa) soprando contra a água, transportando-a de um lado ao outro do tanque, para ver quem chega primeiro; 2) Passam por baixo do esparguete que se encontra à superfície ou em forma de arco; segundo subgrupo: 3) apanham objetos ou garrafas de água com pedrinhas que se encontram a no fundo ou a meia profundida.
2º ESCALÃO ETÁRIO: CRIANÇAS DOS 5 ANOS		
10:10	2ª ESTAÇÃO DO CIRCUITO: “Saltos”	Ao sinal, os participantes organizados em grupos de três elementos executam 3 tipos de saltos: 1. (cabeça); 2. (Pés); 3. (bomba).
3º ESCALÃO ETÁRIO: CRIANÇAS DOS 6 ANOS		
10:10	3ª ESTAÇÃO DO CIRCUITO: “Deslocação com ajuda de flutuadores”	- Ao sinal, os participantes organizados em grupo de três elementos realizam a tarefa: 1. Deslocação individual com ajuda da prancha. 2. 3 crianças em cada esparguete, com os braços estendidos, fazer bater os pés de crol para empurrar o esparguete. 3. Nado Crol + 20m sem apoio.
10:10	4ª Grupo na pista nº1 da piscina de 25m. Mudam de tarefa simultaneamente que as crianças de 6 anos que se encontram no	- Ao sinal, os participantes organizados em grupo de três elementos realizam a tarefa: 1. Deslocação individual com ajuda da prancha. 2. Deslocação coletiva com ajuda do flutuador longo

	tanque de aprendizagem.	("esparguete" ou semelhante). 3. Nado Crol 25m sem apoio.
10:40	FIM DAS ATIVIDADES DA PISCINA	Na companhia dos seus responsáveis, as crianças dirigem-se ordeiramente para os balneários. Na receção, ao professor responsável lhe será entregue um pequeno lanche e uma lembrança de participação

NOTA: Devido ao facto de o complexo de piscinas da Ribeira Brava não possuir bancada, a Associação Desportiva do Campanário procurará disponibilizar imagens das atividades em direto através da rede social: *Facebook* da Associação Desportiva do Campanário (evento Festival de Natação do Campanário).

REGULAMENTO B - PORTUGAL A NADAR (CRIANÇAS DOS 7 AOS 11 ANOS)

1. PARTICIPAÇÃO

- 1.1 Poderão participar nadadores devidamente filiados na época 2017/2018 pela Federação Portuguesa de Natação pertencentes, apenas, ao projeto "**PORTUGAL A NADAR**";
- 1.2 Dependendo do número de inscritos podem ser aceites inscrições de cadetes C e B desde que o nível de competência se adegue ao programa de atividades do festival e estejam devidamente filiados;
- 1.3 Pretende-se neste festival proporcionar momentos de convívio lúdico e desportivo a crianças dos **7 AOS 11 ANOS** com um nível de domínio básico ou avançado das técnicas de natação desportiva;
- 1.4 As atividades serão organizadas por idade e grau de dificuldade. Porém, não devem ser aceites inscrições em provas de 25 e 50 metros de crianças que ainda não tenham pleno domínio da coordenação das componentes respiratórias aquáticas (inspiração e expiração), associada à propulsão;

2. INSCRIÇÕES (inclui inscrição para a macarronada)

- 2.1 As inscrições têm de dar entrada na Associação de Natação da Madeira até ao dia 9 de julho de 2018, segunda-feira, 18h00.
- 2.2. As inscrições são efetuadas através de ficha própria (ANEXO 2), e enviadas para os seguintes endereços de correio eletrónico: vitorpereira@anatacaodamadeira.pt e geral@anatacaodamadeira.pt.
- 2.3. Na ficha de inscrição deve indicar se a criança vai ao almoço. O almoço (macarronada) é oferecido pela organização a todos os nadadores e treinadores e para os pais/acompanhantes tem um custo de 2,00€/pessoa. Este valor tem de ser entregue no ato de inscrição ou, no limite, até 10 de julho, junto da ANM.
- 2.4 O número máximo de participantes permitidos é de 75 ELEMENTOS sendo redistribuídos as vagas pelos clubes em função de critério ponderado de representatividade por clube (por referência a pré-inscrições e participações reais em anteriores eventos).

3. APRESENTAÇÃO E BOAS VINDAS AOS CLUBES PARTICIPANTES

3.1 As crianças que se vestem sozinhas devem usar os balneários adultos. Os que precisam da ajuda dos pais podem usar o balneário infantil, neste caso, independentemente do sexo. A cerimónia de abertura do festival é realizada através de uma apresentação 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. A Associação desportiva do Campanário finalizada com declaração de boas vindas e de abertura do festival.

4. PROGRAMA GERAL DA ATIVIDADE

II PARTE NA PISCINA (Piscina de 25 metros)		
10h30	ABERTURA DOS BALNEÁRIOS	Entrada e muda de roupa. Preparação para apresentação dos clubes presentes.
11h00	CLUBES À VOLTA DA PISCINA.	Todos os clubes com a sua placa identificadora, à volta da piscina de 25m. Será feita apresentação por ordem sonora da Abertura do festival
11h00	ACLIMATAÇÃO COM O MEIO AQUÁTICO	Os participantes dispõem de 10 minutos para aclimatar-se ao meio aquático da piscina.
11:10	FIM DA ACLIMATAÇÃO	Os participantes saem da piscina. Estando fora são ordenados em grupos homogéneos de 10 elementos de acordo com a idade de forma que cada grupo seja constituído, dentro do possível, por dois elementos de cada escalão etário /7,8,9,10,11)
11:15	ESTAFETA: 25M CROL PERNAS COM TÁBUA	Os grupos de 10 elementos são subdivididos em subgrupos de 5 elementos. Numa pista, na ala oeste da piscina, fica um subgrupo de 5 elementos de cada escalão etário por ordem crescente (o primeiro nadador é o mais novo). Na ala este, colocasse a outra coluna de 5 elementos de cada escalão etário, também por ordem crescente. Ao sinal o primeiro elemento da ala oeste inicia a estafeta. Repete-se o mesmo para outros grupos de 10 em cada uma das pistas sobranes: máximo de 5 séries de 10 elementos por pista.
11:30	ESTAFETA: 25 M CROL/COSTAS	- Idem anterior. Obs.: As crianças mais novas podem usar a prancha.
11:45	50M LIVRES	Nadadores que já dominem a técnica global de locomoção no estilo Livre, com viragem de “sino” (cambalhota) ou de “pendulo”.

11.55	ATIVIDADE LIVRE NA PISCINA DE 25M E NO TANQUE DE APRENDIZAGEM	Sob a supervisão dos professores, cada clube dispõe dum espaço nas piscinas para realizar “brincadeiras”, salvaguardando a segurança das crianças. Ficam interditos os saltos com corrida, mortais frontais e à retaguarda, ou qualquer um outro tipo de salto que possa por em causa a integridade física das crianças.
12:00	FIM DAS ATIVIDADES NA PISCINA	Na companhia dos seus responsáveis, as crianças dirigem-se ordeiramente para os balneários. Na receção, ao professor responsável ser-lhe-á entregue um lanche e uma pequena lembrança.

NOTA: Devido ao facto de o complexo de piscinas da Ribeira Brava não possuir bancada, a Associação Desportiva do Campanário procurará disponibilizar imagens das atividades em direto através da rede social: *Facebook* da Associação Desportiva do Campanário (evento Festival de Natação do Campanário).

5. CLASSIFICAÇÃO E PRÉMIOS

5.1 Não haverá classificação oficial, serão reforçados e valorizados a competência do saber fazer e dentro das regras e objetivos definidos;

5.2 Para os inscritos que confirmaram a participação será servido um almoço nos jardins da CMRB e oferecido uma pequena lembrança de participação.

6. ORGANIZAÇÃO

6.1 A organização terá DEZ ou mais Voluntários responsáveis mais três técnicos a coordenar a sequência e cumprimento do programa de atividades. Os clubes poderão colaborar na execução e coordenação das atividades previstas.

RESPONSÁVEIS ORGANIZATIVOS:

1. Organização **ANM**: Prof. Jorge Soares - 962 566 517;
2. Organização **ADC**: Mónica Góis - 966 359 732;
3. Diretor Técnico Regional da **ANM**: Vítor Pereira - 968 572 027.

Funchal, 28 de Junho de 2018





ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA DO CAMPANÁRIO / ANM
GUIÃO DE ORGANIZAÇÃO DE ATIVIDADES PARA ESCOLAS

FICHA DE INSCRIÇÃO PARA FESTIVAL – PORTUGAL A NADAR DOS 3 AOS 6 ANOS (ANEXO 1)

FESTIVAL PORTUGAL A NADAR	NOME DO FESTIVAL	DATA DO EVENTO	RESPONSÁVEL
	I Festival AD Campanário	14 de Julho 2018	
NOME DO CLUBE →			

	NOME COMPLETO (ordenar por idade, ordem crescente!)	IDADE	OBSERVAÇÃO	Almoço participante (gratuito) (S/N)	Almoço para pais ou acompanhantes (2€/p.p.)* - indicar nº
1	Exemplo: NOME COMPLETO! Ou nome igual ao Ficheiro P. NADAR!	3?	Ex. Apenas Portugal a Nadar!	Ex: S	Ex: 3 pessoas
2	- Inscrições com informações incompletas não serão admitidas!	4?			
3	- Do nadador mais novo para o nadador mais velho!	5?			
4	- Alguma condição especial, deficiência?	6?			
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					

* Deve ser pago à ANM (Fátima Balau) 2€ por pessoa acompanhante e levantar a senha, até dia 10 de julho de 2018.

NOME DO TREINADOR(ES) QUE ACOMPANHAM OS NADADORES	CONTACTO (TELEMÓVEL)
1.	
2.	

Data de **ENVIO** da inscrição (a preencher pelo Clube):

ASS. RESPONSÁVEL:

Data da **RECEÇÃO** da inscrição (e preencher pela ANM): ____/____/____



ASSOCIAÇÃO DESPORTIVA DO CAMPANÁRIO / ANM
 GUIÃO DE ORGANIZAÇÃO DE ATIVIDADES PARA ESCOLAS e Cadetes

FICHA DE INSCRIÇÃO PARA FESTIVAL – PORTUGAL A NADAR DOS 7 AOS 11 ANOS (ANEXO 2)

FESTIVAL PORTUGAL A NADAR	NOME DO FESTIVAL	DATA DO EVENTO	RESPONSÁVEL
	I Festival AD Campanário	14 de julho 2018	
NOME DO CLUBE →			

	NOME COMPLETO (ordenar por idade, ordem crescente!)	IDADE	Almoço participante (gratuito) (S/N)	Almoço para pais ou acompanhantes (2€/p.p.)* - indicar nº
1	Exemplo: NOME COMPLETO! Ou nome igual ao Ficheiro P. NADAR!	7?	Ex: S	Ex: 3 pessoas
2	- Inscrições com informações incompletas não serão admitidas!	8?		
3	- Do nadador mais novo para o nadador mais velho!	9?		
4	- Alguma condição especial, deficiência?	11?		
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				

NOME DO TREINADOR(ES) QUE ACOMPANHAM OS NADADORES	CONTACTO (TELEMÓVEL)
1.	
2.	

Data de **ENVIO** da inscrição (a preencher pelo Clube):

ASS. RESPONSÁVEL:

Data da **RECEÇÃO** da inscrição (e preencher pela ANM): ____/____/____
