



FPP

Federação de Patinagem
de Portugal

Grande Prémio do Jovem Patinador

Patinagem de Velocidade / Patinagem Artística

Direcção Técnica Nacional

1. Proposta de um Modelo de Formação de Jovens Patinadores de Patinagem de Velocidade / Patinagem Artística

De uma vez por todas, professores, treinadores e todos que de uma forma ou de outra têm responsabilidades na prática desportiva de crianças e jovens, vamos ser responsáveis para que essa actividade se desenvolva da forma mais educativa possível:

- Que resulte numa prática com carácter aberto, dirigido a todos aqueles que queiram participar, evitando discriminações por razão de capacidade, sexo ou outras;
- Que resulte numa prática com objectivos globais, que não só os motores, de forma a contribuirmos para que se entenda o desporto como parte integrante de uma educação global;
- Que resulte numa prática que ultrapasse a excessiva importância que se atribui aos resultados, procurando outros aspectos importantes que o desporto pode oferecer e que possam ser úteis e educativos na formação das crianças e jovens.

Importa reforçar a ideia que a competição, deve ser um meio de desenvolvimento para os mais jovens durante as primeiras etapas de formação. Deve-se desenrolar sempre como um meio de motivação e aprendizagem, e não como um objectivo final. O mesmo será dizer que a competição deve incidir como um factor de melhoria do processo de ensino – aprendizagem e nunca na procura de resultados a curto prazo.

1.2. Objectivos

- Realizar uma experiência inovadora em termos de formação do patinador, fazendo apelo a valores pedagógicos e sociais;
- Incrementar o número de atletas;
- Integrar os praticantes de perícias e corridas de patins do Projecto do Desporto Escolar nos clubes e nas competições oficiais;
- Possibilitar aos atletas novas experiências na modalidade;
- Contribuir para o desenvolvimento da Patinagem de Velocidade / Patinagem Artística.

2. Responsáveis

Esta actividade é desenvolvida e coordenada pela Direcção Técnica Nacional da Federação Portuguesa de Patinagem e organizada pelas Associações de Patinagem/Clubes.

3. Destinatários

A todos os atletas dos escalões de Iniciação e Infantis dos clubes de Patinagem de Velocidade, Patinagem Artística e aos alunos das escolas que tenham grupos-equipa de perícia e corridas em patins do Projecto de Desporto Escolar do Ministério da Educação.

Estruturados em equipas de três elementos, podendo um clube inscrever o número de equipas que deseje.

4. Actividades lúdico/desportivas

4.1. Corrida de curta distância

Cada elemento da equipa, realiza um percurso de 30 metros, em simultâneo com um adversário. Pontuará a equipa que realizou a prova em menos tempo (somatório de todos os tempos individuais). (A pontuação é decrescente consoante o número de equipas participantes, Ex.: 4, 3 2,1)

4.2. Corrida de média distância

Cada elemento da equipa, realiza um percurso de 200 metros, em simultâneo com um adversário. Pontuará a equipa que realizou a prova em menos tempo (somatório de todos os tempos individuais). (A pontuação é decrescente consoante o número de equipas participantes, Ex.: 4, 3 2,1)

4.3. - Corrida de longa distância

Cada elemento da equipa, realiza um percurso de 400 metros, em simultâneo com um adversário. Pontuará a equipa que realizou a prova em menos tempo (somatório de todos os tempos individuais). (A pontuação é decrescente consoante o número de equipas participantes, Ex.: 4, 3 2,1)

4.4. Corrida de estafetas

Prova de um total de 9 voltas ao percurso definido, de características da prova americana de corridas em patins.

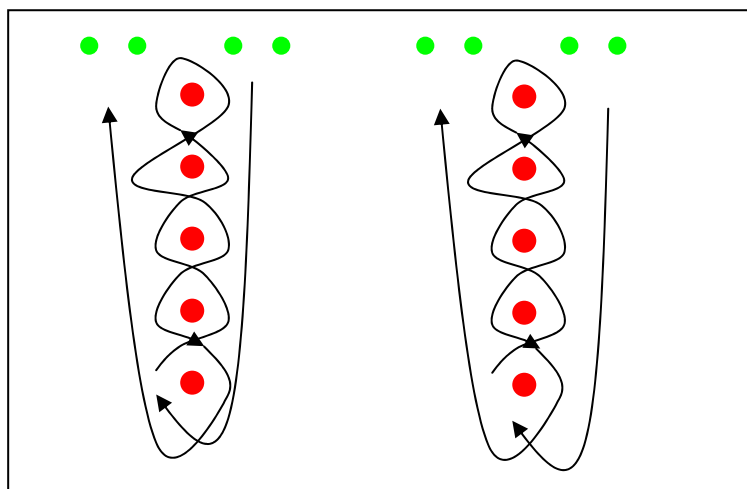
Cada elemento realiza uma volta e tem de tocar no colega, entre as linhas definidas para a transmissão, cada atleta não pode dar mais de uma volta.

Pontuará a equipa que realizou a prova em menos tempo. (A pontuação é decrescente consoante o número de equipas participantes, Ex.: 4, 3 2,1)

4.5. Gincana

Cada elemento da equipa, realiza um percurso de obstáculos (2 metros de distância de cada base, num total de 10 metros), em simultâneo com um adversário.

Pontuará a equipa que realizou a prova em menos tempo (somatório de todos os tempos individuais). (A pontuação é decrescente consoante o número de equipas participantes, Ex.: 4, 3 2,1)



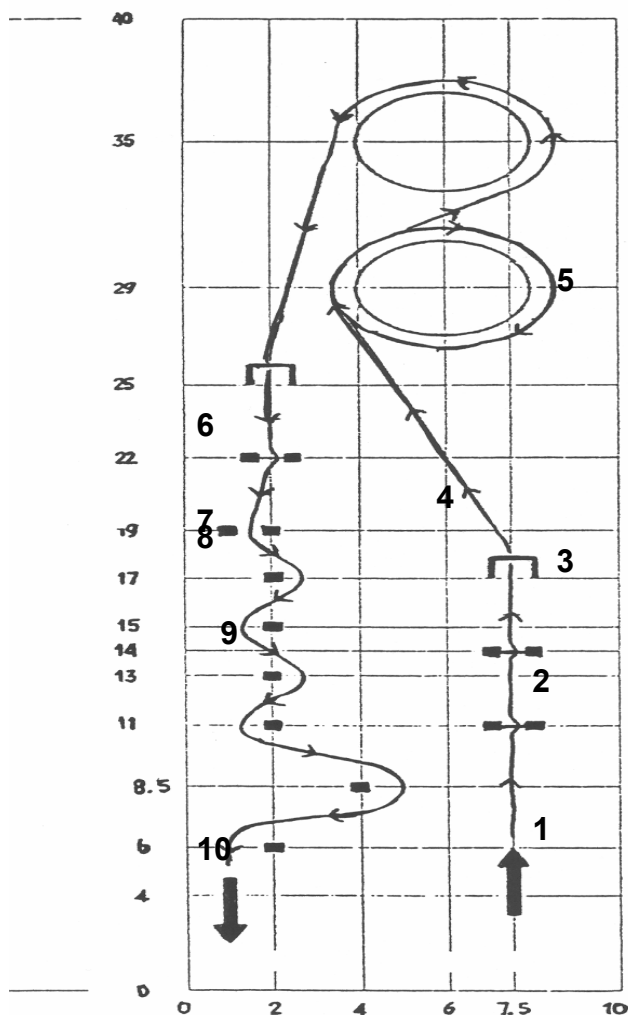
4.6. Corrida de Destreza

Todos os atletas sem excepção participam nesta prova;

A prova realiza-se de forma individual com partida alternada de 1 atleta de cada equipa;

No final serão contabilizados os tempos individuais e as penalizações (em tempo 5 segundos por cada infracção) obtidas por cada atleta;

Pontuará a equipa que realizou a prova em menos tempo (somatório de todos os tempos individuais). (A pontuação é decrescente consoante o número de equipas participantes, Ex.: 4, 3 2,1)



Percurso de Destreza
(Adaptado Comissão
Técnica de Corridas
em Patins, FPP)

- 1- Patinagem rectilínea frente
- 2- Salto em altura (15 cm) de um patim para outro. dir./ esq. , esq. / dir.
- 3- Agachar e levantar, com passagem por baixo de uma barreira (85 cm)
- 4- Patinagem rectilínea frente
- 5- Curva com cruzamento de pernas à esquerda, seguido de cruzamento à direita
- 6- Agachar e levantar, com passagem por baixo de uma barreira (85 cm)
- 7- Salto em altura (15 cm) de um patim para outro (sem definição do pé de entrada)
- 8- União dos patins com passagem pelo meio dos obstáculos
- 9- Slalom
- 10- Final

5. Material Necessário

- Fita Métrica
- 4 Barreira (2 a 15 cm e 2 a 85 cm)
- 20 Sinalizadores altos
- 20 Sinalizadores flexíveis (bases)
- Cronómetro
- Fita adesiva larga

Programa

Manhã –

10h00m - Corridas de curta distância

10h45m - Corridas de média distância

11h30m - Corridas de longa distância

Tarde –

14h00m - Corrida de destreza e gincana

15h00m - Corridas de estafetas



Grande Prémio do Jovem Patinador

Corrida de Destreza

Equipa:												
Elemento	Pos.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Tempo	Tempo Final
		1	2	3	4	5	6	7	8	9		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9		
											Total	

Elemento	Curta Distância	Média Distância	Longa Distância	Gincana
Total				

Equipa	Estafetas



Grande Prémio do Jovem Patinador

Quadro de Pontuações

Equipas completas

Equipa	Curta	Média	Longa	Gincana	Destreza	Estafetas	Total

Equipas incompletas

Equipa	Curta	Média	Longa	Gincana	Destreza	Estafetas	Total

Classificação Final

Equipas completas

	Equipas	Pontos
1°		
2°		
3°		

Equipas incompletas

	Equipas	Pontos
1°		
2°		
3°		



Grande Prémio do Jovem Patinador

Fichas de Inscrição

Equipa: _____

Nº	Nome	Data de Nascimento