



4ª. Jornada da Taça de Benjamins Beja

23.05.2021 – 10.00H

A Associação de Atletismo de Beja, com o apoio da Câmara Municipal de Beja, vai levar a efeito no dia **23 de Maio de 2021**, pelas **10.00H**, na **pista de atletismo Fernando Mamede**, a 4ª jornada da Taça de Benjamins, de acordo com:

Programa Horário

10.00 Horas	Concentração dos Benjamins
10.15 Horas	Início da Actividade
	Estafeta Velocidade e Slalom*
	Lançamento Dorsal**
	Salto em Comprimento Precisão
	Marcha

*1º resultado de desempate; **2º resultado de desempate

ACTIVIDADES

Esta Jornada é disputada por equipas de 6 elementos que devem ter ambos os géneros de Benjamins A e B (A - nascidos em **2012, 2013 e 2014**, B – nascidos em **2010 e 2011**).

Os Clubes que não tenham elementos para completar uma equipa (6 elementos), podem inscrever na mesma, sendo constituídas equipas mistas de vários clubes.

Classificação por equipa

Pontuação total da Jornada (para classificação na Taça de Benjamins)

Cada Criança/Atleta vale 1 ponto para a equipa.

Clube que tenha um colaborador na organização do evento terá 10 pontos.

Junta-se também há classificação coletiva, os pontos finais obtidos pelas equipas presentes.

Pontos por actividade (só para a jornada)

A classificação da jornada será realizada segundo o método de classificação do KidsAthletic. Por actividade, será atribuído à equipa vencedora, o valor igual ao número total de equipas, sendo subtraído 1 ponto para as equipas seguintes. A classificação final será resultado da soma dos pontos obtidos em cada actividade, e adicionado à pontuação coletiva do clube. No caso de equipas mistas, os pontos serão divididos, segundo o número de atletas presentes de cada clube nessa mesma equipa. Em cada prova será definida 2 provas de desempate.

Inscrições até dia 20.05.2021, para atletismo.beja@gmail.com

Prémios

Todos os participantes terão direito a prémio de participação.



4ª Jornada da Taça de Benjamins Beja

ACTIVIDADES

DESCRIÇÃO DA ACTIVIDADE	Figura	Forma de Pontuar
<p>ESTAFETA DE VELOCIDADE/SLALOM</p> <p>PROCEDIMENTO – Cada elemento da equipa efectua uma corrida através de um percurso definido, em que parte obrigada a transposição de obstáculos, transmitindo um objeto em contacto visual. Podem competir várias equipas em simultâneo.</p>		<p>Vence a equipa que realizar o menor tempo, participando todos os elementos da equipa, em forma de estafeta.</p>
<p>LANÇAMENTO DORSAL</p> <p>PROCEDIMENTO– Cada elemento da equipa executa um lançamento individual. São dados tantos lançamentos quantos elementos tenham as equipas. Todos os elementos participam 2 vezes. Partindo de uma posição bípede, de costas para a queda, os participantes fazem um pequeno agachamento e numa extensão rápida, realizam um lançamento com a ação dos membros inferiores por cima da cabeça (engenho com o peso de 1kg). Podem competir várias equipas em simultâneo.</p>		<p>Vence a equipa que realizar a maior distância e ordenam-se as equipas da maior para a menor distância. Conta-se a distância efetuada no final de todos os lançamentos.</p>
<p>SALTO EM COMPRIMENTO DE PRECISÃO</p> <p>PROCEDIMENTO –Com uma corrida de preparação de 10 m, os participantes realizam um salto em comprimento com precisão na chamada e na queda. Na área de chamada (+2 pontos), nas áreas delimitadoras (+1 ponto), fora da área (0 pontos). Na queda, pontuações por zona (zona 1 – 1ponto, etc). Cada um tem 3 tentativas, com soma das melhores pontuações no final.</p>		<p>Vence a equipa que somar mais pontos.</p>
<p>PULMÃO EM MARCHA</p> <p>PROCEDIMENTO – Cada equipa efectua uma corrida em marcha, cronometrada, transportando um cartão, que cada elemento deposita no local indicado. Caso o atleta quebrar a marcha e inicie em corrida, deve ser parado durante 10s, podendo retomar seguidamente. Podem competir várias equipas em simultâneo.</p>		<p>Vence a equipa que tiver mais cartões, participando todos os elementos da equipa.</p>