



# REGULAMENTO ESPECÍFICO DE PATINAGEM 2019-2020



EDUCAÇÃO



Desporto Escolar

## ÍNDICE

INTRODUÇÃO .....	2
1. ESCALÕES E PARTICIPAÇÃO .....	2
1.1. ESCALÕES .....	2
1.2. PARTICIPAÇÃO .....	2
1.3. APURAMENTOS .....	4
1.4. MATERIAL E EQUIPAMENTO.....	4
1.5. ARBITRAGEM .....	5
2. PROVAS.....	5
2.1. PROVAS DE PATINAGEM DE VELOCIDADE - DESTREZA .....	5
2.1.1. Procedimentos .....	6
2.1.2. Penalizações.....	6
2.1.3. Módulos .....	7
2.1.4. Material a utilizar .....	8
2.1.5. Legendas .....	8
2.2. PROVAS DE PATINAGEM DE VELOCIDADE – SPRINT .....	9
2.2.1. Provas de <i>sprint 200m, 500m e 1000m</i> na fase local, regional e nacional .....	9
2.2.2. Provas de Estafetas com Perseguição .....	10
2.2.3. Procedimentos .....	10
2.2.4. Provas (descrição) .....	11
A. Provas de <i>sprint 200m, 500m e 1000m</i> .....	11
B. Provas de estafetas com Perseguição (prova de carácter facultativo).....	12
2.2.5. Penalizações.....	12
2.2.6. Sistema de Pontuação.....	13
3. MINI –HP .....	13
3.1. INTRODUÇÃO.....	13
3.2. AS VANTAGENS DO MINI-HP .....	13
3.3. AS REGRAS BÁSICAS PARA JOGAR O MINI-HP .....	14
3.3.1. Pista e número de jogadores .....	14
3.3.2. Tabela divisória .....	15
3.3.3. A baliza .....	15
3.3.4. O equipamento .....	16
3.3.5. O setique e material de proteção .....	16
3.3.6. A bola .....	16
3.3.7. Árbitro e mesa .....	16
3.3.8. Substituições.....	16
3.3.9. Tempo de jogo .....	16
3.3.10. Início e reinício do jogo.....	16
3.3.11. Golos .....	17
3.3.12. Faltas .....	17
3.3.13. Quadro competitivo .....	17
5. CASOS OMISSOS .....	22
ANEXOS .....	23

## Introdução

Este Regulamento Específico aplica-se a todas as competições de Patinagem realizadas no âmbito do Programa do Desporto Escolar (DE) e em conformidade com o estipulado no Regulamento Geral de Provas e Regras Oficiais em vigor, sendo complementado pelos Regulamentos de cada competição e será revisto e aprovado anualmente pela Coordenação Nacional do Desporto Escolar (CNDE).

A elaboração do presente Regulamento teve como princípio a colaboração da Federação de Patinagem de Portugal ao abrigo do protocolo existente entre a mesma e o Desporto Escolar.

### 1. Escalões e Participação

#### 1.1. ESCALÕES

No quadro competitivo das atividades do Programa do Desporto Escolar, as competições de patinagem estão abertas a todos os grupos da modalidade dos estabelecimentos de educação e ensino, oficial ou particular, que aderiram voluntariamente ao mesmo.

De acordo com o Regulamento Geral de Provas no âmbito do Desporto Escolar, os escalões etários são divididos por género feminino e masculino e são definidos em função do quadro que se segue:

ESCALÕES	ANO de NASCIMENTO
	2019/2020
<b>INFANTIS A (Sub 11)</b>	2009 a 2011
<b>INFANTIS B (Sub 13)</b>	2007 e 2008
<b>INICIADOS (Sub 15)</b>	2005 e 2006
<b>JUVENIS (Sub 18)</b>	2002 a 2004
<b>JUNIORES (Sub 21)</b>	1998 a 2001

#### 1.2. PARTICIPAÇÃO

Relativamente à participação e de acordo com o Regulamento Geral de Provas do Desporto Escolar (RGPDE), **cada aluno só pode participar nas provas destinadas ao seu escalão etário ou no imediatamente superior e desde que esteja inscrito na base de dados do D.E. até 15 de março.** Neste último caso, deve manter-se até ao final do ano letivo nesse escalão e a subida deve ser feita consoante o estipulado no referido Regulamento. Na fase local podem participar todos os alunos inscritos no programa do desporto escolar, do presente ano letivo.

Não existe número limite de inscrições na fase local, mas existe um número mínimo de alunos por grupo-equipa, a participar por encontro, que será de **10 alunos**, independentemente do escalão/género.

O não cumprimento do número estipulado implica a atribuição de uma **Falta Administrativa**, à escola/GE em causa, com a devida sanção prevista no RGP do DE.

Será averbada **Falta de Comparência** à escola/GE, caso os alunos/GE não comparecerem, na prova ou jogo e com a devida sanção igualmente prevista no RGP do DE.

Cada escola é obrigada a participar no mínimo, em duas das três provas existentes (velocidade, mini-HP e patinagem artística) sendo que uma delas tem que ser a prova de velocidade que inclui a prova de destreza e sprint.

### 1ª Fase – Competição Local

Até ao final do 2º Período devem as várias CLDE's realizar no mínimo 3 encontros locais e obrigatoriamente 2 encontros para cada prova apurando assim, no final dos mesmos, através de uma classificação geral nas várias provas, os alunos e equipas para o Campeonato Regional. Os quadros competitivos/encontros são realizados em datas e locais a definir por cada CLDE.

### 2ª Fase – Competição Regional e Nacional

Realização do Campeonato Regional e conseqüente apuramento para o Campeonato Nacional, caso exista. Ambas as provas devem realizar-se no decorrer do 3º Período, em datas a definir respetivamente pela CRDE e CNDE.

#### Resumo das provas a realizar em cada fase Local, Regional e Nacional (caso exista fase nacional):

Fase/Prova	Velocidade				Estafeta com Perseguição (*)	Torneio Mini-HP	Patinagem Artística
	Destreza	Sprint					
		200m ou 2voltas	500m ou 4voltas	1000m ou 6voltas			
Local	X	X	X	X	X	X	X
Regional	X	X	X	X	X	X	X
Nacional	X	X	X	X	X	X	X

(\*) Prova de carácter facultativo

### 1.3. APURAMENTOS

#### **Provas de Velocidade**

O apuramento é efetuado com base no somatório das pontuações obtidas em cada uma das provas em que participam exceto na prova de estafetas com perseguição. São apurados os 5 primeiros classificados por escalão/género. Na prova de estafetas com perseguição, as equipas são constituídas pelos alunos apurados nas provas atrás mencionadas.

#### **Mini-hóquei em patins (Mini-HP)**

A escola vencedora na fase Local apura-se para a fase Regional e nesta para a fase Nacional, caso exista.

#### **Patinagem Artística**

São apurados os 5 primeiros classificados por escalão/género na fase local e na fase regional a definir por número de cotas caso exista a realização da fase nacional.

#### **Resumo dos alunos apurados para a fase seguinte, por escalão, na fase Local:**

Fase/Prova	Velocidade	Mini-HP	Patinagem Artística
Local	5 Masc. + 5 Fem. Escalão Iniciado e Juvenil	1 equipa Masc. Inic. e Juv. 1 equipa Fem. Inic. e Juv.	5 Masc. + 5 Fem. Escalão Iniciado e Juvenil

#### **Fase Nacional**

Caso se realize a Fase Nacional, esta destina-se a alunos Iniciados, masculinos e femininos. O apuramento será efetuado através dos resultados obtidos nos Campeonatos Regionais e tendo em conta a quota de participação definida pela Direção-Geral da Educação – Divisão de Desporto Escolar – Coordenação Nacional do Desporto Escolar (DGE-DDE-CNDE).

### 1.4. MATERIAL E EQUIPAMENTO

O equipamento a utilizar pelo patinador, em qualquer local (pista, estrada ou pavilhão) é:

- Patins – Pode ser com rodas paralelas ou em linha.
- Capacete – Obrigatório, em todas as provas exceto na prova de patinagem artística, como elemento de proteção.
- Cotoveleiras, Joalheiras e Luvas – este material não é obrigatório, embora possa ser utilizado. É aconselhável que este material seja maleável.
- Se for facultado pela organização, o patinador deverá utilizar o seu dorsal.

---

Quanto aos locais onde se realizam as competições, seja pista, estrada ou pavilhão, a patinagem de velocidade obriga a alguns procedimentos com vista à segurança dos patinadores:

- a) Piso ou superfície de patinagem – Deve ser lisa, se possível plano e não abrasivo;
- b) Não deve ter obstáculos como balizas, tabelas, bancos, mesas, etc.; caso existam, os mesmos devem ser revestidos com material de proteção (ex. colchão);
- c) Deve existir, sempre que possível, espaço livre e sem obstáculos no bordo interior;
- d) Deve existir, sempre que possível, ligação entre a pista e o interior da mesma sem obstáculos e com amplitude suficiente para os patinadores saírem e entrarem na pista em segurança;
- e) Caso as condições acima descritas não sejam cumpridas cabe à organização das provas adaptar as mesmas para que seja salvaguardado a integridade física de cada aluno que participa nas provas.

### 1.5. Arbitragem

De acordo com o especificado no Regulamento Geral de Provas do Desporto Escolar, o responsável de cada grupo/equipa deve fazer formação inicial de Juízes /Árbitros.

É da responsabilidade da organização a arbitragem e ajuizamento das provas de cada encontro. De acordo com o regulamento, todos os grupos de patinagem participantes devem fazer-se acompanhar de um aluno para exercer estas funções, que será enquadrado pelos responsáveis da prova, atribuindo-lhe as tarefas necessárias para o bom desenvolvimento da atividade.

## 2. Provas

### 2.1. PROVAS DE PATINAGEM DE VELOCIDADE - DESTREZA

Existem 9 percursos de destreza que, na sua totalidade, correspondem a um grande número de habilidades motoras na patinagem e que estimulam a progressão pedagógica.

São designados os percursos de destreza seguintes:

**a) Fase Local** (cada organização deve definir os percursos para cada encontro)

1. Infantil A e B – Percursos números 1, 3 e 5
2. Iniciado – Percursos números 2, 4 e 6
3. Juvenil – Percursos números 7, 8 e 9

**b) Fase Regional**

- a. Iniciado e Juvenil – Percurso número 9

**c) Fase Nacional (caso exista)**

- b. Iniciado ou Juvenil – Percurso número 9

### 2.1.1. Procedimentos

- ✓ Os percursos de destreza são nove no total (croquis em anexo) e são destinados a todos os escalões. Estes percursos poderão ser adaptados tendo em conta o local onde irão ser realizados. Caso seja possível, far-se-ão dois percursos paralelos de forma que dois patinadores os executem em simultâneo.
- ✓ Os patinadores têm a possibilidade de experimentar o percurso antes do início da prova.
- ✓ Em caso de queda, a prova não será nem suspensa nem repetida. Cada um dos patinadores fará o percurso ao cronómetro com a partida a ser efetuada quando o patinador assim o entender no tempo limite de 10 segundos. Em caso de dois percursos, as provas far-se-ão em paralelo.
- ✓ No final de cada prova, o grupo de juizes irá registar o tempo de prova, as penalidades caso existam e o tempo total.
- ✓ No caso de dois percursos e, caso o número de patinadores seja ímpar, um patinador fará a prova sozinho.
- ✓ Todos os patinadores serão classificados de acordo com o tempo total (tempo de execução mais tempo de penalizações, caso existam) e por ordem crescente.
- ✓ Os módulos são marcados com o material indicado neste regulamento.

### 2.1.2. Penalizações

- ✓ Cada percurso deverá ser executado como indica especificadamente a ilustração, onde cada módulo tem a indicação de porta de início e porta de fim com dois pinos ou blocos paralelos. As voltas e as curvas, bem como os saltos não necessitam desta indicação. A execução de cada um dos módulos é considerada entre estas duas portas inclusive.
- ✓ As penalizações ocorrerão da seguinte forma:
  - As penalizações por derrube ou afastamento de pinos, varas, tijolos, etc. são de 1 segundo;
  - O salto sobre um tijolo nos módulos “*Slalom a Pente*”, “*Slalom Alongado*”, “*Passo em Cadeia*”, “*Entra e Salta*”, ou “*Afrouxamento Final*” e derrube de uma vara nos módulos do “*salto e Passa Debaixo*” comporta uma penalização de 1 segundo;
  - A execução de volta a um pino, arco ou círculo em sentido contrário ao exigido no percurso sofre uma penalização de 15 segundos.
  - A alteração de trajetória que implique encurtamento de distância a percorrer tem uma penalização de 15 segundos;
  - A não-execução de qualquer módulo, com exceção dos indicados neste regulamento, tem uma penalização de 15 segundos;
  - A não-execução das voltas e curvas ou a alteração do percurso da trajetória terá uma penalização variável tendo em conta a amplitude das voltas ou da curva:
  - A não-execução da volta ou curva ao pino tem a penalização de 15 segundos;

- A não-execução da volta ou curva ao arco tem a penalização de 15 segundos;
  - A não-execução da volta ou curva de 2 metros de diâmetro tem a penalização de 15 segundos;
  - A não-execução da volta ou curva de 3 metros de diâmetro tem a penalização de 15 segundos.
- ✓ Nos módulos “**Deslize em um patim (Esquerdo ou Direito)**” e “**Slalom em um patim (Esquerdo ou Direito)**”:
- O(a) patinador(a) executa o deslize / *slalom* em um só patim da sua preferência. A troca de patim ou o toque no chão do outro patim aquando da execução do deslize / *slalom* não são permitidos, tendo como penalização 15 segundos;
  - Nos percursos em que surgem dois módulos “**Deslize em um patim (Esquerdo ou Direito)**” seguidos, caso não exista troca de patim (na zona de troca de patim), a penalização é de 15 segundos;
  - Nos percursos em que surgem dois módulos “**Slalom em um patim (Esquerdo ou Direito)**” seguidos, caso não exista troca de patim (na zona de troca de patim), a penalização é de 15 segundos;
- ✓ No módulo “**Patinagem à Retaguarda**”:
- O(a) patinador(a) deverá executá-lo entre as portas de entrada e saída inclusive, tendo como penalização 15 segundos caso, dentro do limite definido, não esteja a efetuar a patinagem à retaguarda;

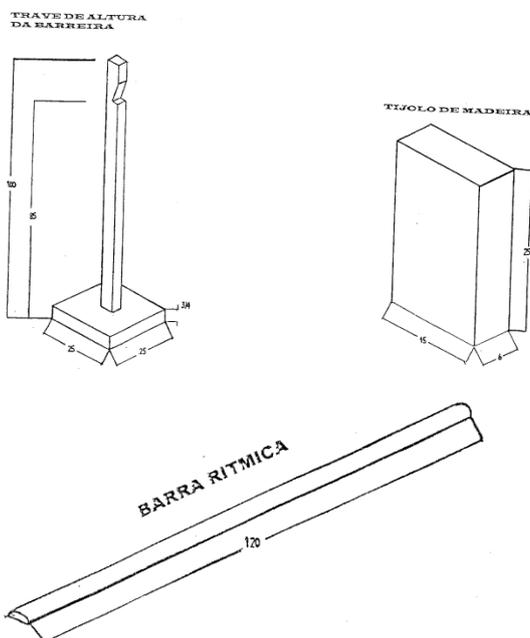
### 2.1.3. Módulos

- ✓ A cada módulo está inerente um exercício e um percurso, o conjunto dos módulos que resultam em solicitações técnicas e coordenativas fundamentais.
- ✓ Círculo – percurso em sentido horário ou anti-horário com diâmetro variável (de acordo com cada percurso e conforme indicado nos croquis), sendo formado por pinos rasos. O patinador, ao percorrer a trajetória, deve ter ambos os patins no exterior do círculo sob pena de penalização.
- ✓ *Slalom* a Pente – é formado por três ou mais pinos alinhados sobre uma reta e colocados de acordo com os croquis dos percursos. Ambos os patins devem passar à direita e à esquerda de cada pino conforme indicação no croqui.
- ✓ *Slalom* Angulado – é formado por três ou mais pinos altos e alinhados em duas retas paralelas respeitando as distâncias indicadas nos croquis dos percursos.
- ✓ Saltos – os saltos são executados sobre uma vara colocada em dois tijolos de madeira ou pinos e à altura indicada nos croquis.
- ✓ Passagem por Baixo – é executada passando por baixo de uma vara colocada em dois postes e à altura indicada nos croquis. A distância entre os dois postes não deve ser inferior a um metro.
- ✓ Passagem Rítmica – é composta por três ou mais varas de 1,20 metros colocadas com 1 metro de intervalo entre si. O patinador não deverá tocar nas varas.

- ✓ Passo a Cadeira – é formada com pinos rasos e de acordo com os croquis, que formam obstáculos interpostos obrigando o patinador a passar com patins juntos e afastados alternadamente.
- ✓ Entra e Salta – é formado por pinos e varas que formam obstáculos de dois em dois metros obrigando a uma sucessão de patins juntos, salto, patins juntos, salto.

#### 2.1.4. Material a utilizar

- ✓ O material a utilizar deve ser o indicado neste capítulo. Porém e caso não exista o material aconselhado por este regulamento, é possível a utilização de material alternativo como, por exemplo, utilizar pinos em vez de blocos ou tijolos.
- ✓ Os módulos devem estar devidamente identificados pelo material indicado neste regulamento salvaguardando-se a sua deslocação / desmarcação por via de derrube, vento, etc., com marcação no chão, através de fita adesiva ou outro material aderente.



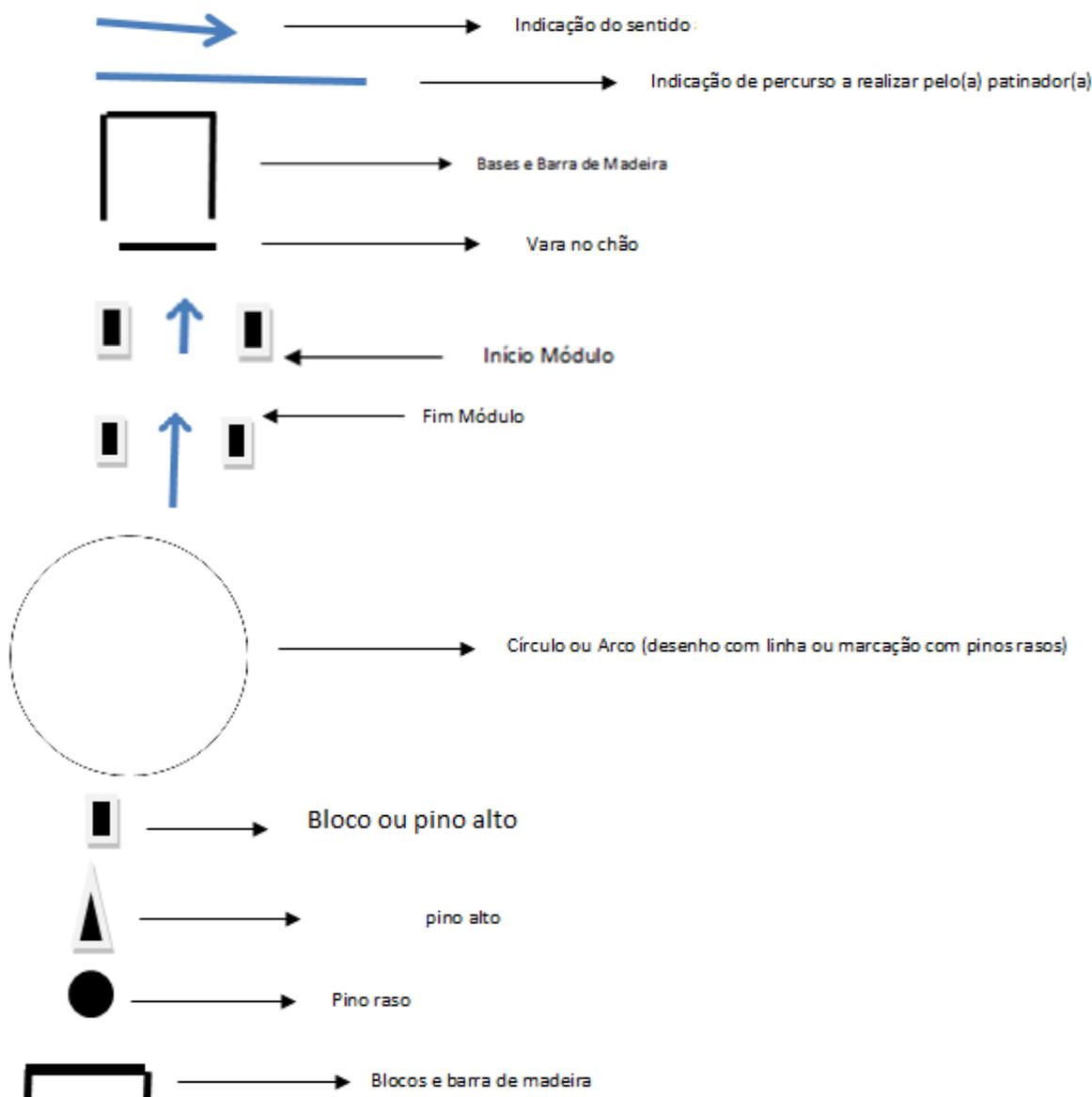
Pinos Altos



Pinos Rasos



#### 2.1.5. Legendas



## 2.2. PROVAS DE PATINAGEM DE VELOCIDADE – SPRINT

De seguida estão apresentadas as provas e respetiva adaptação em pavilhão, que preferencialmente, devem integrar cada uma das três fases.

### 2.2.1. Provas de *sprint* 200m, 500m e 1000m na fase local, regional e nacional

- Provas a efetuar em pista:

Infantis A e B – 200 metros

- Provas a disputar em pavilhão:

Infantis A e B – 2 voltas

- Provas a efetuar em pista:

Infantis A e B, Iniciados e Juvenis – 500 metros

- Provas a disputar em pavilhão:

---

Infantis A e B, Iniciados e Juvenis – 4 voltas

- Provas a efetuar em pista:

Iniciados e Juvenis – 1000 metros

- Provas a disputar em pavilhão:

Iniciados e Juvenis – 6 voltas

#### 2.2.2. Provas de Estafetas com Perseguição

##### **a) Fase Local, Regional ou Nacional**

- Provas a efetuar em pista ou pavilhão:

Prova de 6 voltas.

#### 2.2.3. Procedimentos

As provas de patinagem de velocidade são destinadas a todos os escalões. As provas poderão ser adaptadas tendo em conta o local onde irão ser realizadas.

Os patinadores têm a possibilidade de experimentar o percurso da prova antes do início da mesma.

Se até ao final da primeira curva a queda de um ou mais patinadores provocar a queda de outros, ou quando a queda de um for provocada por uma infração cometida por outro, o juiz deverá anular a partida e permitir uma nova, sancionando os infratores.

Na reta final, qualquer patinador tem de seguir em linha reta, não podendo de forma alguma obstruir o(s) patinador(es) que o sigam. O patinador que viole esta regra verá a sua classificação sofrer alteração da ordem de chegada, sendo relegado para um lugar imediatamente atrás do(s) patinador(es) que obstruiu. Caso se trate de uma série de apuramento para uma final, o patinador obstruído mais adiantado terá direito a que lhe seja averbado o tempo do patinador que o obstruiu.

A partida é dada com dois sinais: 1º sinal verbal “preparar”; 2º sinal sonoro com apito.

No final de cada prova, o grupo de juízes, se possível, deverá cronometrar todas as séries (caso existam) a todos os patinadores para que seja possível constituir a classificação final.

Todos os patinadores serão classificados de acordo com o tempo efetuado, por ordem crescente e, caso existam séries de apuramento, de acordo com a fase em que se encontram. Ex. Um patinador que tenha ficado em 3º numa meia-final ficará à frente na classificação de um patinador que tenha ficado em 3º nos quartos-de-final, independentemente do tempo obtido.

Os percursos de prova são marcados com o material indicado neste regulamento.

#### 2.2.4. Provas (descrição)

As provas de patinagem de velocidade são efetuadas no sentido contrário ao dos ponteiros do relógio.

##### A. Provas de *sprint 200m, 500m e 1000m*

As provas de *sprint 200m, 500m e 1000m* são efetuadas por séries de patinadores com apuramentos até se chegar à final. São provas de distâncias curtas e que vão no máximo até aos 200m e 500metros e provas de distâncias longas e que vão no máximo até 1000m. Cada série nos 200m e 500m pode ser composta até 4 (em pavilhão) a 05 (em pista) e nos 1000m pode ser composta até 7 (em pavilhão) a 8 (em pista) patinadores em que são apurados conforme decisão do juiz / árbitro ou dos professores responsáveis pela organização da competição. A composição das primeiras séries eliminatórias é efetuada com base num sorteio prévio, designado por “sorteio da corda”.

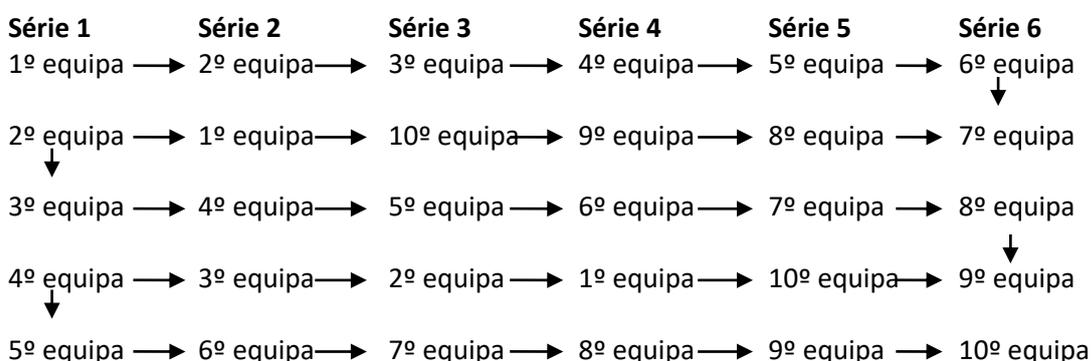
O sorteio da corda existe para determinar a ordem de chamada dos patinadores para a linha de partida. Esta chamada assume importância devido à colocação dos patinadores nessa linha uma vez que existem zonas mais vantajosas que outras. Para que não existam injustiças e para que a chamada dos patinadores tenha coerência, é feito um sorteio com todas as equipas.

O sorteio é efetuado com a presença dos professores responsáveis de cada equipa.

Deste sorteio resulta uma lista de equipas que define a ordem de chamada dos respetivos patinadores para a linha de partida.

Em sistema de serpentina (o exemplo 1 contém setas indicadoras deste sistema), os patinadores são distribuídos pelas séries definidas pelo sorteio. É colocado o nome da equipa ficando o critério de escolha do patinador a cargo da equipa. O número de séries e consequentes fases de apuramento (séries, meias-finais e final) é decidido tendo em conta o número de patinadores em prova.

**Exemplo 1**, prova de 500 metros em pista: Total de 10 equipas (trinta patinadores)



Na fase local, devido ao número elevado de alunos participantes em todos os escalões pode a escola organizadora propor um outro sistema de séries eliminatórias.

## B. Provas de estafetas com Perseguição (prova de carácter facultativo)

As equipas de Estafetas são constituídas por três patinadores do mesmo escalão etário, sendo que cada elemento percorre uma volta ao percurso de cada vez e de acordo com a distância total a percorrer, com passagem para um colega numa zona delimitada (garantindo que se efetuam antes do início da curva seguinte), através de toque ou empurrão (a entidade organizadora pode prever outros tipos de passagem: bola ou testemunho). O último patinador da equipa na última volta, depois de receber a passagem do seu colega, deverá completar a sua volta e, ao passar pela meta, fará com que a sua equipa termine a prova.

De acordo com as várias distâncias, cada patinador poderá realizar mais do que uma volta.

A prova disputa-se em sistema de perseguição entre duas equipas, por eliminatórias, partindo uma equipa do lado oposto à outra. A equipa que terminar a prova em primeiro lugar é aquela que completa a distância em primeiro lugar e que passará à eliminatória seguinte ou, caso se trate de uma final, aquela que se sagrará vencedora.

Se algum patinador cortar caminho, empurrar o adversário ou não fizer a passagem no local determinado para esse fim, poderá provocar a desclassificação da sua equipa.

### 2.2.5. Penalizações

- ✓ As penalizações menos graves poderão acontecer nos seguintes casos:
  - Falsas partidas;
  - Passar por dentro dos pinos e/ou linhas sinalizadoras de forma intencional e se o patinador tirar partido dessa ação;
  - Empurrar ou puxar outro(s) patinador(es);
  - Alterar a trajetória na reta da meta obstruindo um adversário.

Nestas situações, o juiz / árbitro pode atribuir advertências ou alteração à ordem de chegada ao(s) patinador(es) transgressores.

- ✓ As penalizações graves poderão ocorrer nos seguintes casos:
  - Provocar queda de outro(s) patinador(es);
  - Na terceira advertência.

Nestas situações o(s) patinador(es) são desclassificado(s).

---

### 2.2.6. Sistema de Pontuação

Em cada prova de patinagem de velocidade (destreza e sprint) há uma classificação em que são atribuídos pontos em função do número de alunos participantes nessa prova sendo que o 1º lugar obtém pontuação máxima e o último lugar a pontuação mínima (Exemplo 1, “Prova γ”, 10 participantes, Classificação: 1º lugar-10 pontos, 2º lugar-9 pontos, 3º lugar-8 pontos ... 10º lugar-1 ponto). O somatório das classificações obtidas em todas as provas permite elaborar uma classificação final onde são definidos os alunos apurados para a fase seguinte. Na fase nacional é utilizado o mesmo sistema para se apurarem os vencedores.

O vencedor de cada prova está indicado e descrito nos regulamentos de cada prova.

Em caso de igualdade de pontos no final, será vencedor:

1. Quem tenha mais primeiros lugares nas provas disputadas;
2. Quem tiver mais segundos e assim sucessivamente até se encontrar desigualdade;
3. O melhor classificado na última prova;

### 3. Mini –HP

O torneio de Mini-HP destina-se a todos os escalões em ambos os géneros. O apuramento entre fases local, regional e nacional é realizado apenas nos escalões definidos para os campeonatos regionais e nacionais. Os alunos participantes no torneio podem ser alunos inscritos nas provas anteriormente descritas no Regulamento ou apenas no Torneio de Mini-HP. A sua participação rege-se pelo ponto 1.2 do presente Regulamento.

#### 3.1. INTRODUÇÃO

O principal objetivo do Mini-HP é permitir a crianças de ambos os géneros a sua primeira experiência no Hóquei em Patins.

O objetivo do Mini-HP é fornecer a todas as crianças oportunidades e experiências para desenvolverem habilidades que podem transferir com entusiasmo/motivação para o jogo formal de Hóquei em Patins.

#### 3.2. AS VANTAGENS DO MINI-HP

*“Aprende a jogar através do Mini-HP”*, baseia-se num modelo de jogo simplificado e de espaço reduzido, projetado para possibilitar a prática do Hóquei em Patins a todas as crianças nele envolvido. Este é um modelo que tem sido utilizado com sucesso nas grandes potências do Hóquei no Gelo e do Hóquei em Linha, que tem resistido ao teste do tempo e mostrou que as crianças nele envolvido encontram neste ambiente de prática excelentes condições e experiências de hóquei.

As regras permitem que as crianças possam desenvolver as habilidades do Hóquei em Patins num ambiente que promove a diversão, a aprendizagem, a participação de todos e o desenvolvimento físico e mental.

### 3.3. AS REGRAS BÁSICAS PARA JOGAR O MINI-HP

#### 3.3.1. Pista e número de jogadores

- O Campo/Pista (fig.1 e 2) deve ter aproximadamente as dimensões de 20 x 20 metros.

Cada equipa é constituída no máximo por 5 jogadores, 3 jogadores de campo + 2 jogadores suplentes (não existe GR), em caso de falta de jogadores uma equipa pode jogar com apenas 2 jogadores de campo. (Fig.1 e 2)



Fig.1

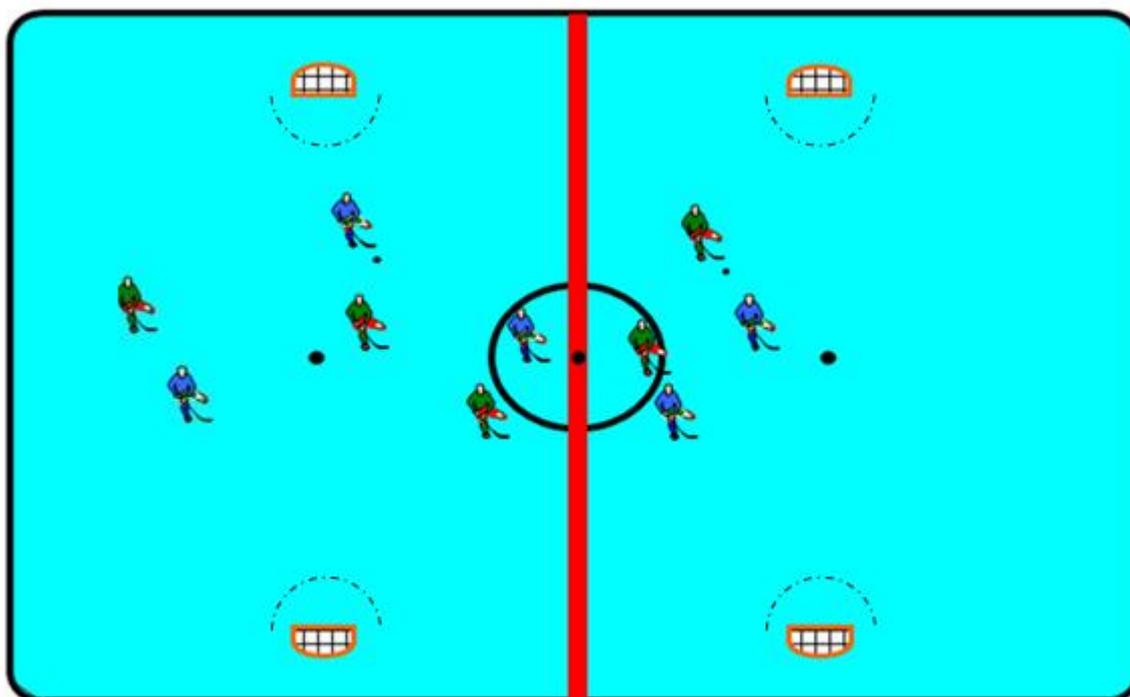


Fig.2

### 3.3.2. Tabela divisória

Uma tabela móvel situada no meio campo dividirá a pista em dois terrenos de jogo, permitindo a realização de dois jogos em simultâneo. Devemos, sempre que possível, encontrar uma maneira de dividir com segurança a superfície da pista.

A estrutura deve ser fácil de montar e pode ser em madeira, lona, fibra de vidro, espuma ou outro material (ex. pinos). (Fig.3)



Fig. 3

### 3.3.3. A baliza

Recomenda-se uso de duas balizas pequenas (em alternativa dois pinos com uma distância um do outro de aproximadamente 40cm) (fig.4) e uma área em forma de semicírculo à frente de cada baliza com um metro de raio (fig. 2) nesta área de baliza os jogadores não podem permanecer a não ser de passagem nem colocar apenas o setique. A colocação da baliza na pista não deve exceder 2 metros da tabela final.



Fig. 4

#### 3.3.4. O equipamento

As crianças devem usar materiais que lhes permitam alcançar o máximo divertimento e otimizar a compreensão das habilidades. Os equipamentos devem estar adaptados à sua idade.

#### 3.3.5. O setique e material de proteção

Os setiques são de madeira de iniciação ao hóquei em patins para qualquer escalão. As proteções específicas de Hóquei em Patins luvas, joelheiras e caneleiras são de uso facultativo embora seja aconselhado o seu uso e podem ser adaptadas de outra modalidade (ex. joelheiras de voleibol, caneleiras de futsal). O uso do capacete é obrigatório.

#### 3.3.6. A bola

A bola pode ser adaptada em material, tamanho e peso consoante o escalão (ex. bola de ténis ou borracha).

#### 3.3.7. Árbitro e mesa

Um árbitro, um cronometrista e um responsável pelo registo dos resultados por campo.

#### 3.3.8. Substituições

São realizadas pelo professor responsável pela equipa ou alguém que tenha a mesma função. Sugere-se a aplicação de um regime de rotação entre jogadores no caso de existir suplentes.

#### 3.3.9. Tempo de jogo

Dois (2) períodos de no mínimo 6 (seis) minutos e no máximo oito (8) minutos de tempo corrido com três (3) minutos de intervalo. No segundo período as equipas trocam de terreno. O tempo pode variar consoante o tempo disponível para o torneio e é da responsabilidade da organização.

#### 3.3.10. Início e reinício do jogo

Ao apito do árbitro tem início o jogo e ambas as equipas devem procurar conquistar a bola que está no centro do terreno (marca do livre direto do HP, Fig.1).

Idêntico procedimento será seguido no início do segundo período.

### 3.3.11. Golos

O Árbitro deverá sempre assinalar o golo. O jogo recomeça com bola ao centro (marca no centro do campo, Fig.2) com passe para um colega de equipa e sem ser necessário o árbitro apitar. A equipa que o obteve não pode interferir até que a bola esteja em movimento. Sempre que, de forma intencional algum jogador da equipa que defende esteja parado dentro da sua área de baliza ou apenas com o setique dentro da área e impeça a concretização do golo, é marcada uma grande penalidade. A penalidade é marcada na marca definida no meio campo (Fig.2), com bola batida, sem nenhum adversário em oposição e o aluno que marca só poderá voltar a tocar na bola depois de um colega ou adversário tocar na bola. Na grande penalidade os outros alunos colocam-se três metros atrás da linha da bola.

### 3.3.12. Faltas

- O árbitro deverá assinalar o menor número possível de faltas, para que o jogo decorra de forma contínua (ágil, rápido).
- O árbitro só deverá marcar as faltas graves (toques com o setique que coloquem em perigo a integridade física do aluno, empurrões ou agarrar), que, no entanto, não deverão ser transformadas em Penáltis (o árbitro pode parar o jogo e esclarecer a razão pela qual marcou a falta) se os mesmos reincidirem no comportamento deve ser assinalado grande penalidade.
- Se um jogador viola continuamente as regras, o treinador deve substituí-lo por outro jogador e caso não o faça o árbitro deve atuar no sentido de o excluir do jogo por 2 minutos e a sua equipa penalizada com menos um jogador nesse tempo.

### 3.3.13. Quadro competitivo

A elaborar pela respetiva entidade organizadora (Local, Regional e caso exista, Nacional), o quadro competitivo, sempre que possível, deve contemplar uma 1ª fase de todos contra todos (séries de equipas consoante o número das mesmas e consequente apuramento para a fase seguinte) e uma 2ª fase a eliminar (ex. meia final e final dependendo do número de séries) encontrando assim a escola vencedora de cada fase Local, Regional e caso exista, Nacional.

A pontuação é a seguinte, Vitória-3 pontos, Empate-1 ponto e Derrota-0 pontos.

#### **Desempates:**

#### **1ª Fase**

Em caso de igualdade entre duas ou mais equipas, seguem-se os seguintes critérios:

1º - Resultado obtido nos jogos realizados entre as equipas em questão;

2º - Maior número de golos marcados na fase em disputa;

3º - Menor número de golos sofridos na fase em disputa;

---

4º - Diferença entre golos marcados e sofridos.

5º - Marcação de uma grande penalidade para cada equipa em causa em sistema de “morte súbita” podendo ser executado sempre pelo mesmo jogador ou alternado.

#### **2ª Fase - Em sistema de eliminação direta**

No final do jogo, cujo resultado seja um empate entre as equipas procede-se à marcação de uma grande penalidade para cada equipa, em sistema de “morte súbita” podendo ser executado sempre pelo mesmo jogador ou alternado.

### **4. PATINAGEM ARTÍSTICA**

A Patinagem Artística é uma modalidade de rara beleza, uma vez que alia a técnica de patinagem com a expressão corporal e o acompanhamento musical: o que por vezes atinge uma simbiose perfeita. Pretende-se que os alunos enriqueçam os seus conhecimentos e prática por todas as disciplinas da Patinagem.

#### **4.1. PROVA A REALIZAR**

1. PROVA DE PATINAGEM LIVRE INDIVIDUAL FEMININO
2. PROVA DE PATINAGEM LIVRE INDIVIDUAL MASCULINO
3. PROVAS DE PATINAGEM DE GRUPO

##### **4.1.1. - PROVAS DE PATINAGEM LIVRE INDIVIDUAL FEMININO E MASCULINO**

**Duração** de 3 minutos + ou – 30 segundos. (realização de um esquema/diagrama acompanhado com suporte musical à escolha do patinador)

**Elementos técnicos** 15 exercícios possíveis designados por CATEGORIA A (ver quadro Nº1 em anexo) e CATEGORIA B (ver quadro Nº2 em anexo). Os patinadores juntamente com os seus professores irão selecionar os 10 exercícios que apresentarão na prova.

**Música:** À escolha do patinador, poderá ser vocalizada, todos os alunos/patinadores terão de entregar 30 minutos antes do início da prova a sua respetiva música em suporte MP3 na mesa do som ou diretor de prova.

**Fatos de prova:** Os fatos serão da escolha dos alunos/patinadores, deverão estar de acordo com o tema/musica escolhida, os fatos por momento algum deverão apresentar carácter de nudez ou qualquer outra forma que cause embaraço ao publico e demais participantes. O uso de acessórios como, capacetes, joelheiras, chapéus, e cotoveleiras não são permitidos.

**Avaliação/Pontuação** (ver quadro Nº3 em anexo). Sairão publicamente 2 notas, NOTA A corresponde ao grau de execução dos exercícios apresentados, e NOTA B que corresponde ao nível coreográfico e fluidez de movimentos apresentados durante todo o programa.

**Classificação:** Será de acordo com o somatório da Nota A e Nota B, em caso de empate, o aluno/patinador que tiver a Nota B mais elevada será o vencedor.

**Penalizações:** Por cada queda o aluno/patinador terá uma dedução na nota final de 2 (dois) pontos. Por cada elemento proposto não apresentado o aluno/patinador terá uma penalização na nota final de 4 (quatro) pontos.

**Elementos Extra:** Todos os patinadores como forma de demonstrarem o seu nível de patinagem poderão apresentar elementos “extra” (não listados nas categorias A e B) tais como “taças”, piões sobre um pé, “toe loop”, “flip” entre outros, no entanto não serão cotados pelos juízes, apenas será dada uma bonificação de 2 pontos na nota B.

**Quadro Nº1**

<b>ELEMENTOS TÉCNICOS CATEGORIA A</b>	
<b>EXERCÍCIOS</b>	<b>CRITÉRIOS DE ÊXITO</b>
Patinar para trás efetuando cruzados (min. 10 metros deslocação)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Definição correta de ambas as fases de execução dos passos.</li> <li>A perna livre deverá cruzar a linha desenhada pela perna portadora.</li> </ul>
Carrinho para a frente sobre um pé (min.5 metros deslocação)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Perna livre em extensão.</li> <li>Manter a bacia alinhada com o joelho portador.</li> <li>A posição do tronco deverá ser a mais perpendicular possível ao solo.</li> </ul>
Salto de Valsa	<ul style="list-style-type: none"> <li>Salto com uma rotação de ½ volta.</li> <li>Entrada de frente com apoio sobre o pé direito.</li> <li>Saída de costas com o apoio sobre o pé esquerdo.</li> </ul>
Águia interior frente (min. 5 metros de deslocação).	<ul style="list-style-type: none"> <li>Definir corretamente uma curva interior.</li> <li>Tronco direito.</li> <li>Pés alinhados com a curva que se descreve no solo.</li> </ul>
Pião nos dois pés.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Um pé deverá rodar em interior frente e o outro em interior trás. 2.</li> <li>É permitido o início parado ou em ligeiro deslocamento. 3.</li> <li>Realizar as duas voltas de forma contínua.</li> </ul>
Avião para trás (min. 5 metros deslocação)	<ul style="list-style-type: none"> <li>A perna livre e a portadora deverão estar em extensão.</li> <li>A cintura escapular, bacia e perna livre deverão estar alinhadas no mesmo plano.</li> </ul>

**Quadro Nº2**

<b>ELEMENTOS TÉCNICOS CATEGORIA B</b>	
<b>EXERCÍCIOS</b>	<b>CRITÉRIOS DE ÊXITO</b>
Patinar alternadamente para a frente em linha reta (min. 10 metros deslocação)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Deslizar para a frente em impulso alternado com ambos os pés.</li> <li>Tronco direito.</li> <li>Simetria no movimento de ambos os pés.</li> <li>Movimento contínuo.</li> </ul>
Patinar para a frente efetuando cruzados (min. 10 metros deslocação)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Definição correta de ambas as fases de execução dos passos.</li> <li>A perna livre deverá cruzar a linha desenhada pela perna portadora.</li> </ul>
Deslizar para a frente em linha reta na posição de “quatro” com ambos os pés (min.5 metros cada pé)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Tronco direito.</li> <li>Joelho da perna livre alinhado horizontalmente com a bacia.</li> <li>Perna portadora em extensão.</li> </ul>
Carrinho para a frente sobre os dois pés (min.5 metros deslocação)	<ul style="list-style-type: none"> <li>Manter os pés unidos.</li> <li>Manter a bacia alinhada com o joelho portador.</li> <li>A posição do tronco deverá ser a mais perpendicular possível ao solo.</li> </ul>
Travagem em “T” em semi-afundo para a frente utilizando rodas ou travão para atingir uma posição estacionária.	<ul style="list-style-type: none"> <li>No final do exercício o patinador deverá ficar completamente imobilizado.</li> </ul>

Combinação de três pequenos saltos, a dois pés (deverão ser executadas de forma contínua). rotação de ½ volta. (frente/trás, trás/frente, frente atrás).	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Deverão verificar-se as fases de um salto: preparação/flexão/impulsão/rotação/saída.</li> <li>• A receção dos saltos deverá ser executada em ambos os pés paralelos com as pernas fletidas.</li> </ul>
Mudanças de rodado para a frente com os dois pés.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Realização de 6 (seis) pequenas curvas lobuladas, em ambos os pés.</li> <li>• Manter os pés paralelos.</li> <li>• Tronco direito.</li> <li>• Pernas fletidas.</li> </ul>
Patinar para trás em “tesoura” com ambos os pés. (min.10 metros deslocação)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Simetria no movimento de ambos os pés.</li> <li>• Movimento contínuo.</li> <li>• Tronco direito.</li> </ul>
Avião para a frente (min. 5 metros deslocação)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• A perna livre e a portadora deverão estar em extensão.</li> <li>• A cintura escapular, bacia e perna livre deverão estar alinhadas no mesmo plano.</li> </ul>

PATINAGEM LIVRE INDIVIDUAL - NOTA B			
Programa com fraca destreza e domínio da patinagem o patinador apresenta fracos movimentos coreográficos em relação à música escolhida.	Programa com alguma destreza e domínio da patinagem o patinador apresenta alguns movimentos coreográficos em relação à música escolhida.	Programa com destreza e domínio da patinagem o patinador apresenta movimentos coreográficos em relação à música escolhida.	Programa com bastante destreza e domínio da patinagem o patinador apresenta movimentos coreográficos em perfeita harmonia com a interpretação da música escolhida.
<b>10 a 20 pontos</b>	<b>20 a 30 pontos</b>	<b>30 a 40 pontos</b>	<b>40 a 50 pontos</b>

#### 4.1.2 - PROVAS DE PATINAGEM DE GRUPO

Esta prova consiste na apresentação de um esquema/programa de grupo com alunos/patinadores femininos e/ou masculinos com tema livre.

**Duração:** 5 minutos + ou – 30 segundos. (realização de um esquema/diagrama acompanhado com suporte musical à escolha dos patinadores)

**Nº de elementos:** 4 a 20 alunos/patinadores

**Música:** À escolha dos alunos/patinadores, poderá ser vocalizada, todos os alunos/patinadores terão de entregar 30 minutos antes do início da prova a sua respetiva música em suporte MP3 na mesa do som ou diretor de prova.

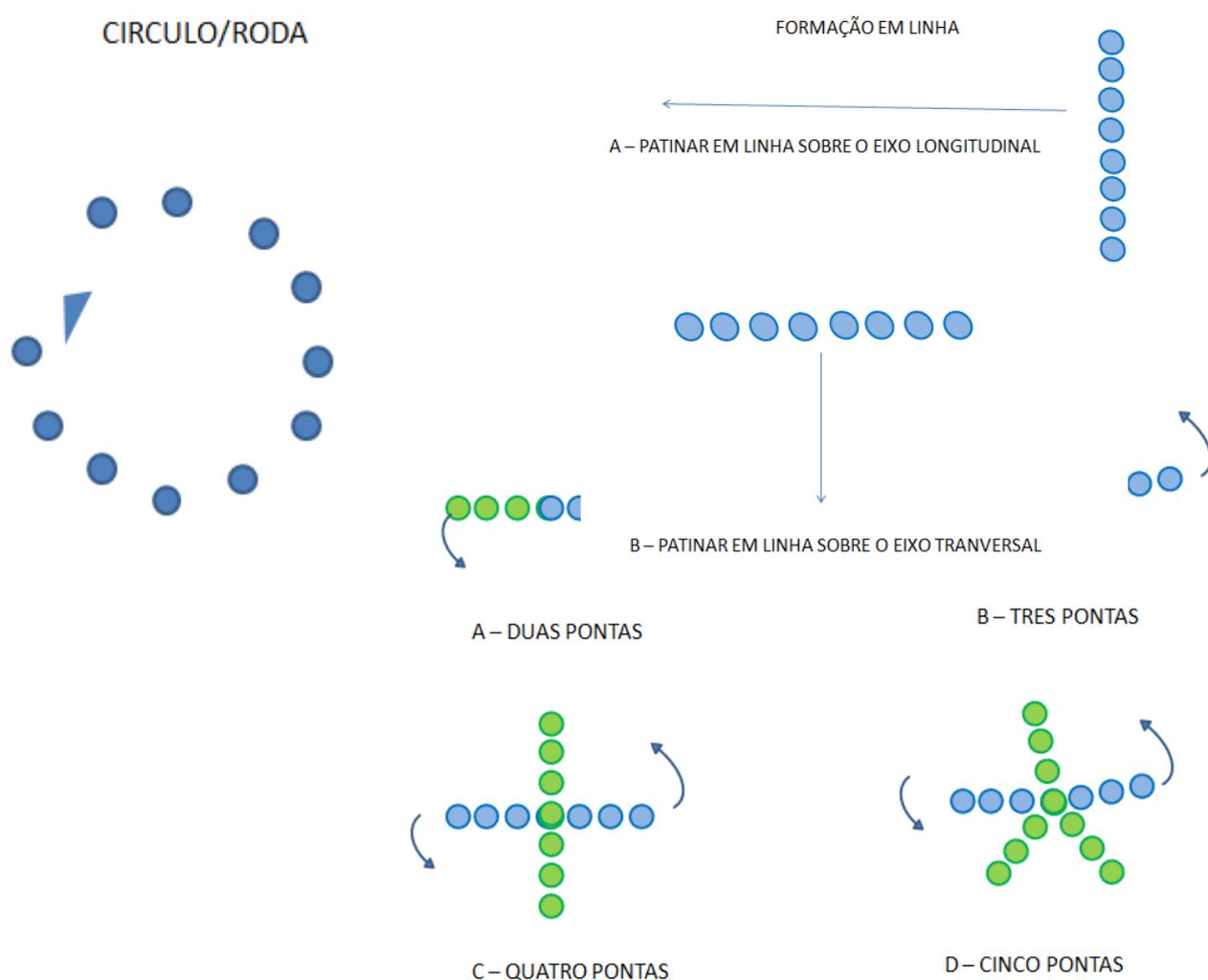
**Fatos de prova:** Os fatos serão da escolha dos alunos/patinadores, deverão estar de acordo com o tema/música escolhida, os fatos por momento algum deverão apresentar carácter de nudez ou qualquer outra forma que cause embaraço ao público e demais participantes. É permitido o uso de acessórios como, chapéus, fitas, leques, plumas, arcos entre outros, desde que sejam por si só transportados pelos patinadores.

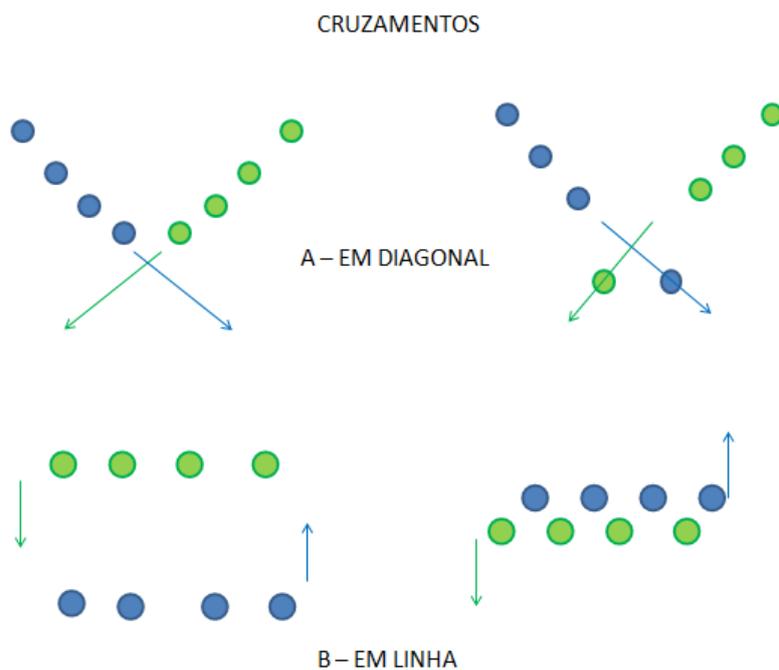
**Avaliação/Pontuação.** Sairão publicamente 2 notas, NOTA A corresponde ao grau de execução dos exercícios apresentados, e NOTA B que corresponde ao nível coreográfico, sincronização de grupo e fluidez de movimentos apresentados durante todo o programa que pode variar entre 50 a 100 pontos.

**Classificação:** Será de acordo com o somatório da Nota A e Nota B, em caso de empate, o grupo que tiver a Nota B mais elevada será o vencedor.

**Penalizações:** Por cada queda o grupo terá uma dedução na nota final de 2 (dois) pontos.

**Elementos obrigatórios:** 1 rodas/círculos, 1 formação em linha, 1 estrela e 2 cruzamentos.





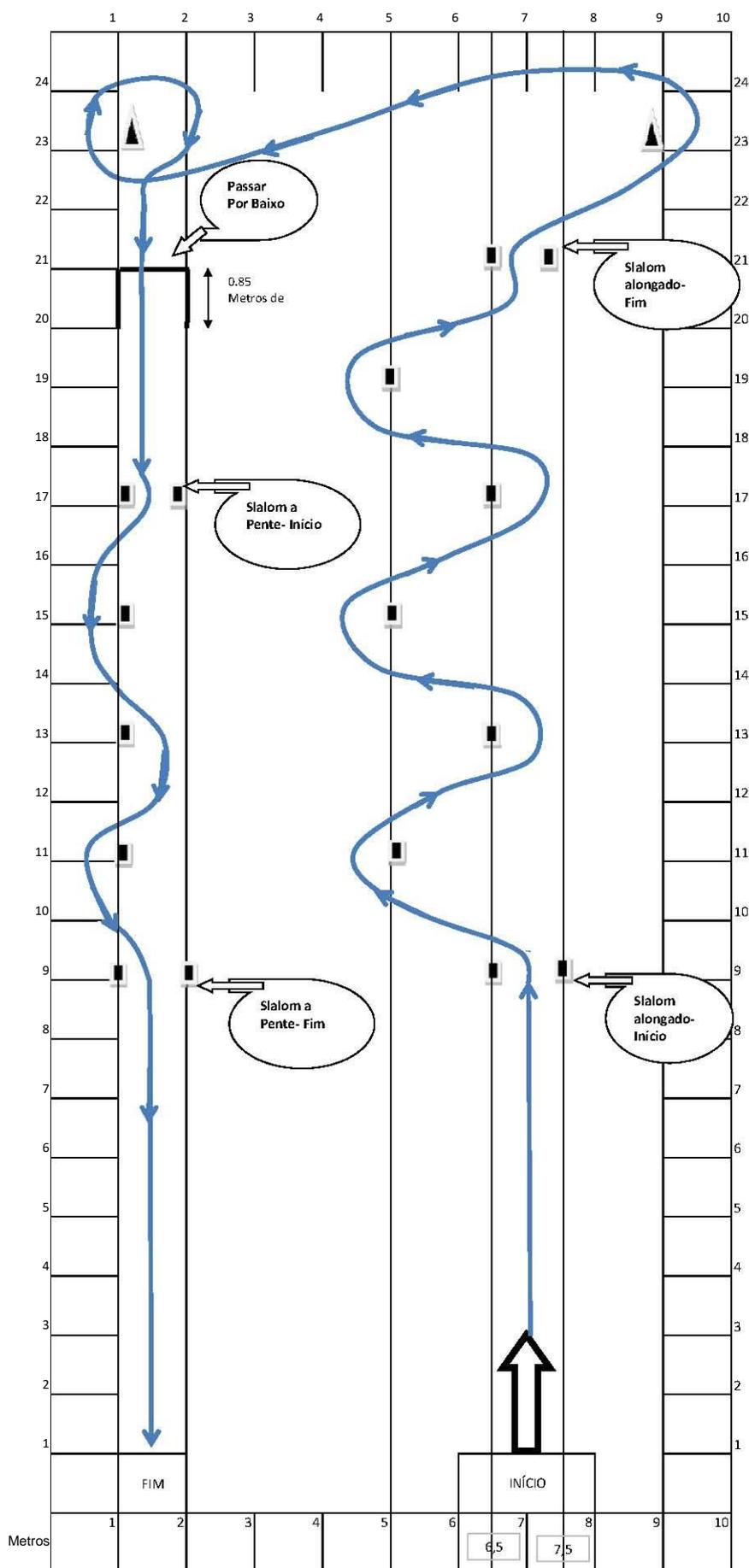
## 5. Casos Omissos

Os casos omissos e as dúvidas resultantes da aplicação do presente Regulamento, de acordo com a fase organizacional (fase local, regional ou nacional), serão analisados e decididos, respetivamente, pela CLDE, pela CRDE e pela Direção- Geral da Educação – Divisão do Desporto Escolar.

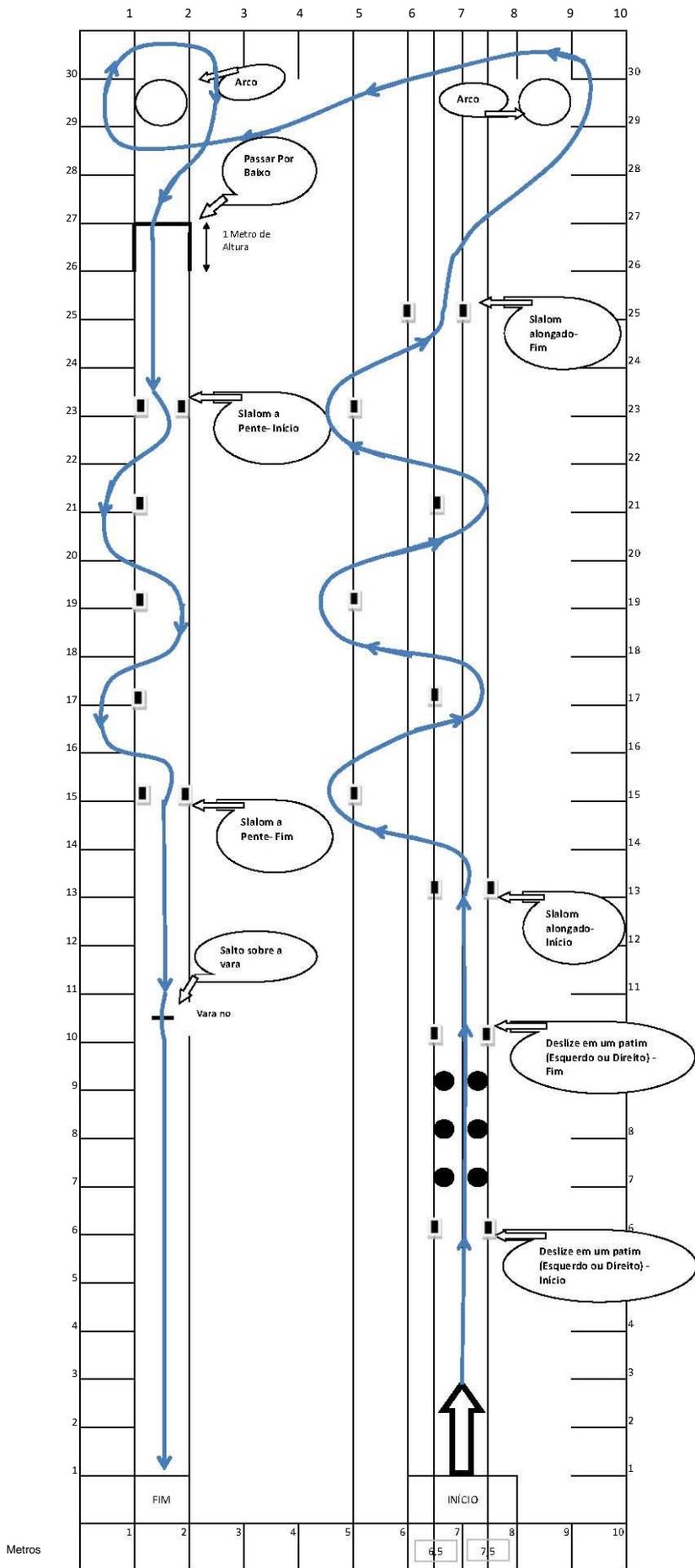
---

## Anexos

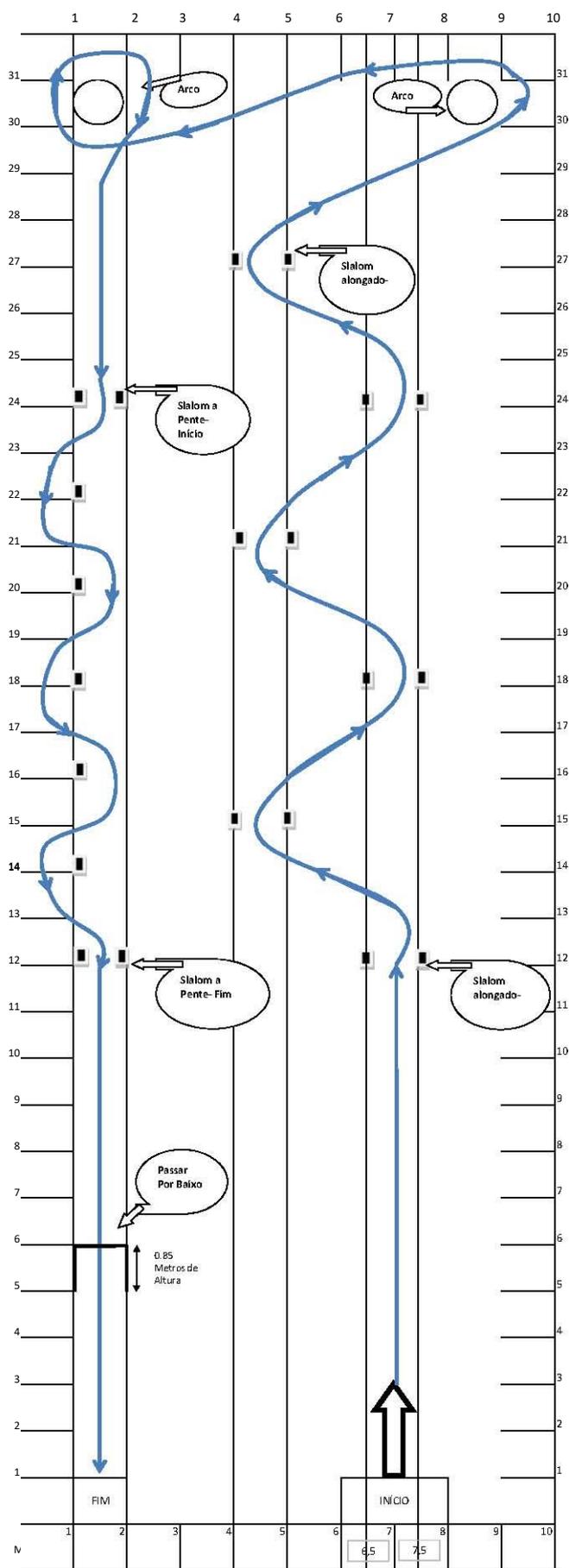
### PERCURSO DESTREZA Nº 1



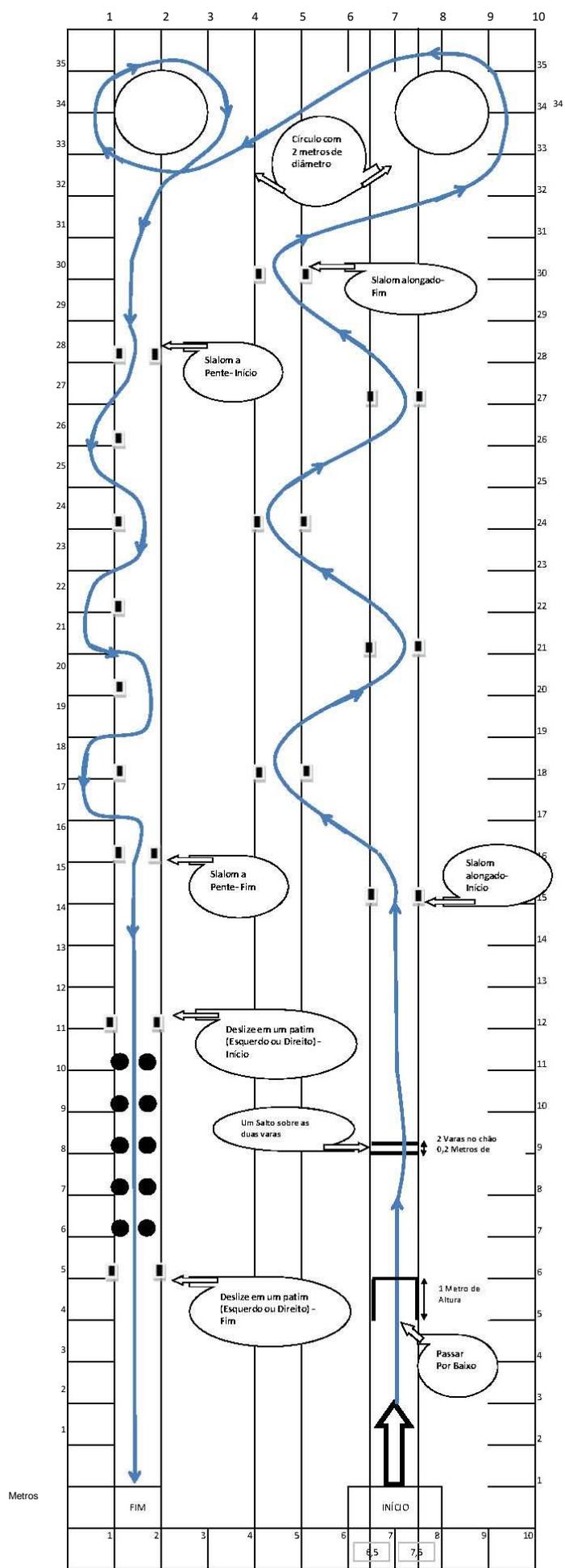
## PERCURSO DESTREZA Nº 2



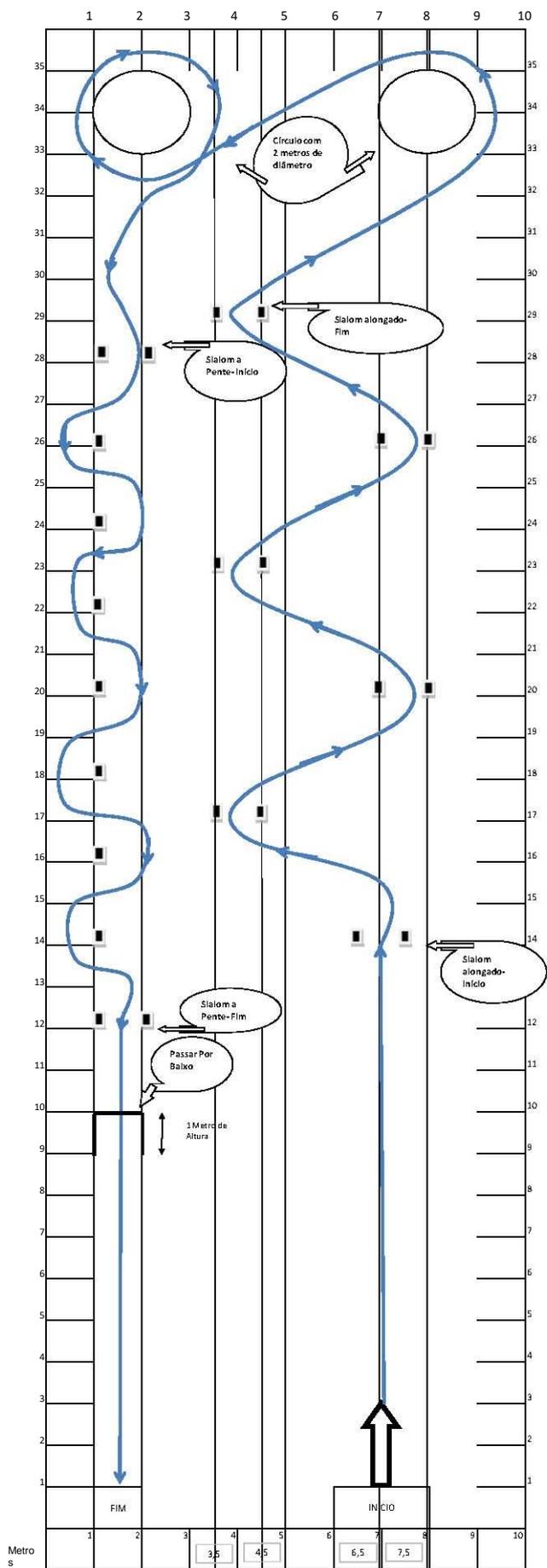
### PERCURSO DESTREZA Nº 3



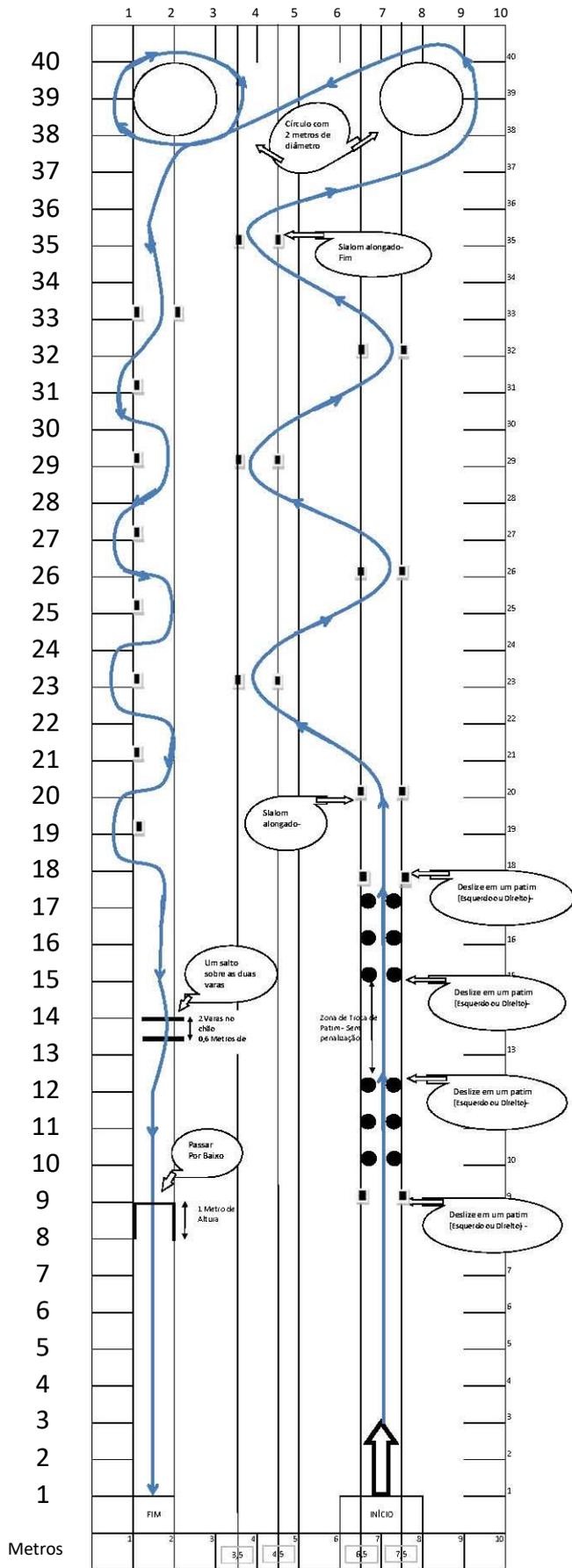
## PERCURSO DESTREZA Nº4



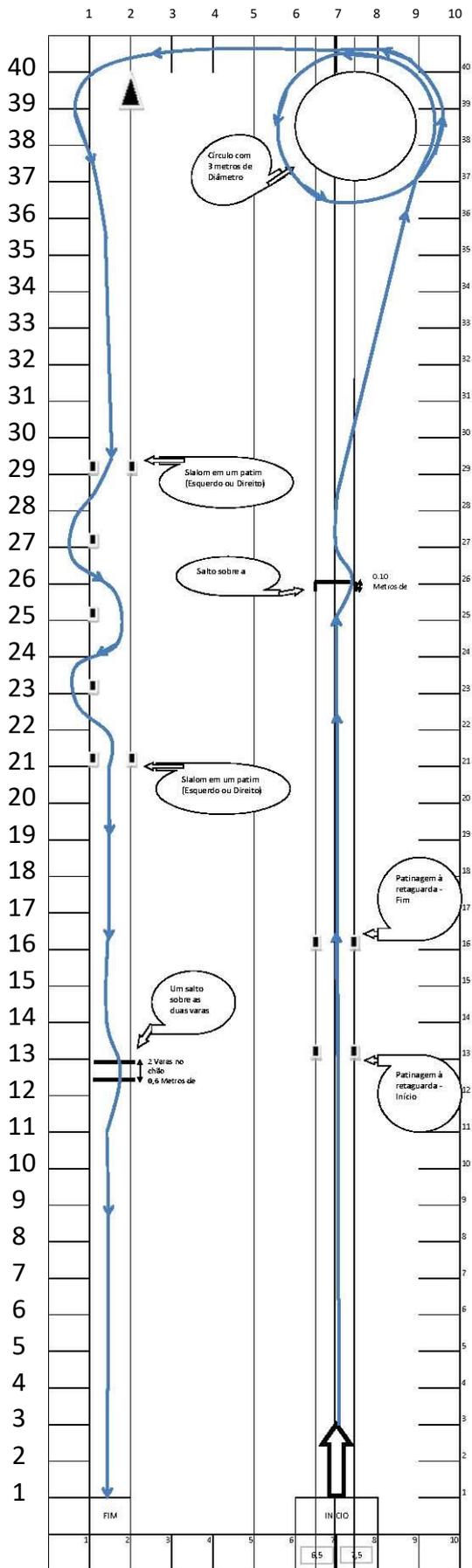
## PERCURSO DESTREZA Nº5



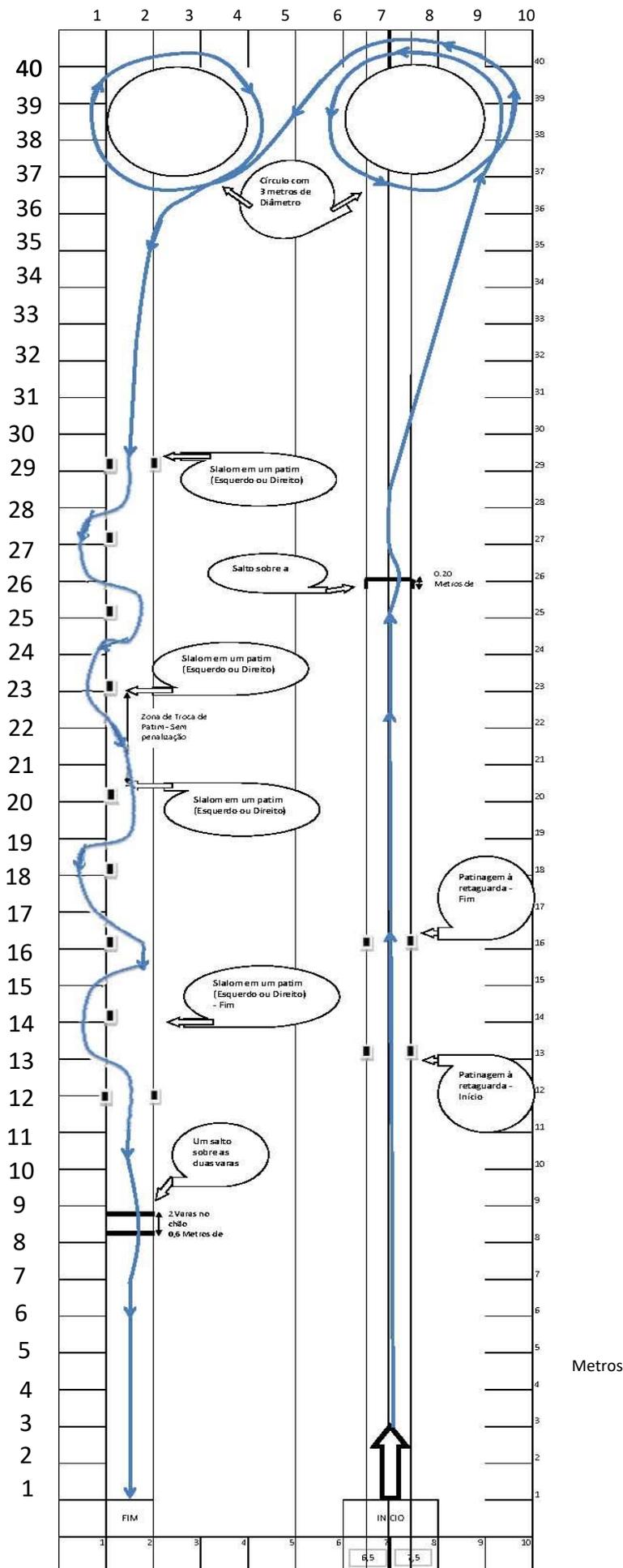
## PERCURSO DESTREZA Nº6



## PERCURSO DESTREZA Nº7

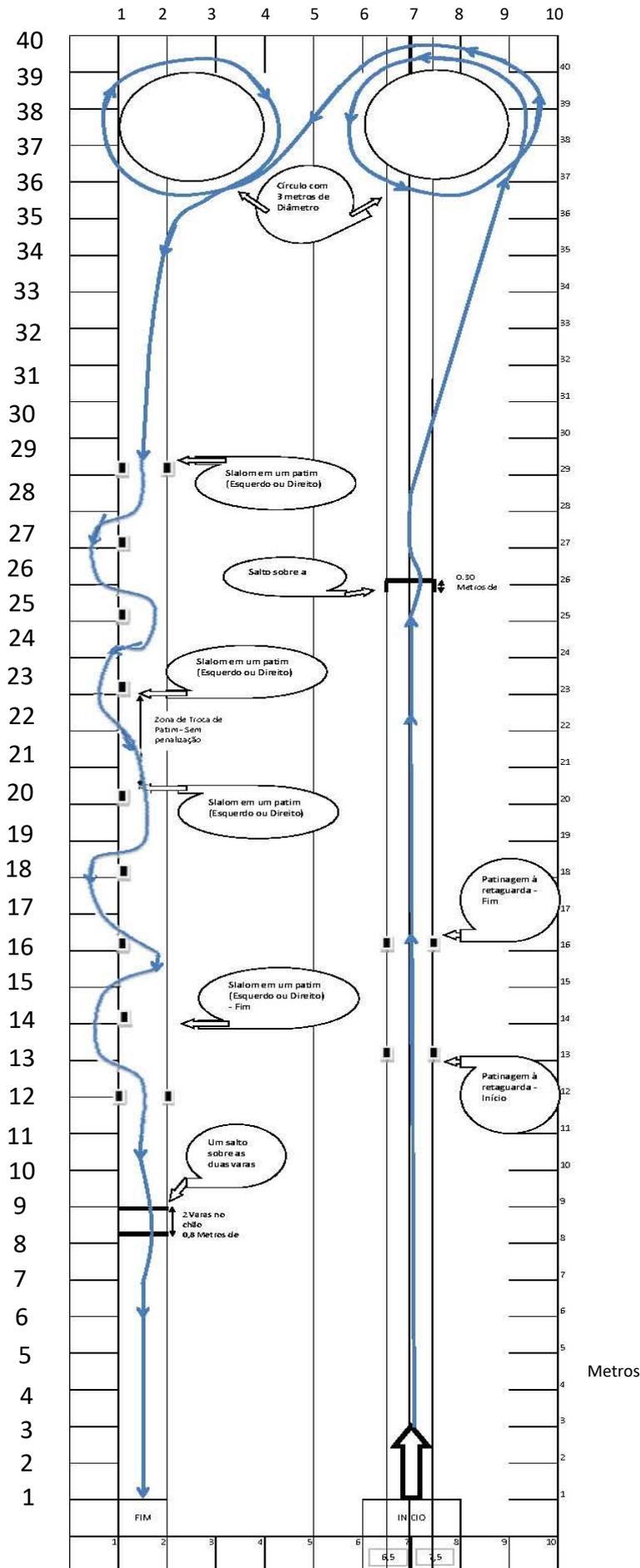


## PERCURSO DESTREZA Nº8



Metros

# PERCURSO DESTREZA Nº9





## FICHA DE INSCRIÇÃO - TORNEIO DE MINI-HP

### INFORMAÇÕES GERAIS

<b>CLDE/CRDE</b>		
<b>PROFESSOR RESPONSÁVEL</b>		
<b>TELEMOVEL</b>		
<b>CORREIO ELETRÓNICO</b>		
<b>ESCOLA/AE</b>		
<b>ÁRBITRO</b>		

EQUIPA	NOME	ESCALÃO	GÉNERO	DATA DE NASCIMENTO	B.I./C.C./PASS.
1					
2					
3					
Supl					
Supl					

EQUIPA	NOME	ESCALÃO	GÉNERO	DATA DE NASCIMENTO	B.I./C.C./PASS.
1					
2					
3					
Supl					
Supl					

EQUIPA	NOME	ESCALÃO	GÉNERO	DATA DE NASCIMENTO	B.I./C.C./PASS.
1					
2					
3					
Supl					
Supl					

EQUIPA	NOME	ESCALÃO	GÉNERO	DATA DE NASCIMENTO	B.I./C.C./PASS.
1					
2					
3					
Supl					
Supl					

**BOLETIM DE JOGO - TORNEIO DE MINI-HP**

DATA: \_\_\_\_\_ FASE: \_\_\_\_\_

ESCALÃO: \_\_\_\_\_ GÉNERO: \_\_\_\_\_ JOGO \_\_\_\_\_ X \_\_\_\_\_

NOME ALUNO (A)	GOLOS	NOME ALUNO (A)	GOLOS

RESULTADO AO INTERVALO: \_\_\_\_\_ X \_\_\_\_\_ RESULTADO FINAL: \_\_\_\_\_ X \_\_\_\_\_

ASSINATURA DO ÁRBITRO DE MESA:

\_\_\_\_\_

**BOLETIM DE PROVA VELOCIDADE**



Desporto Escolar

DATA:

PROVA:

ESCALÃO:

NOME:

ESCOLA :

RESULTADOS:

TEMPO:	PENALIZAÇÃO:	TEMPO FINAL:

Quadro Nº1

PATINAGEM LIVRE INDIVIDUAL FEMININO E MASCULINO							
SISTEMA DE AVALIAÇÃO / PONTUAÇÃO							
Nº	CAT	EXERCÍCIOS	INSUFICIENTE	DEFEITUOSO	VALOR BASE (SUFICIENTE)	BOM	MUITO BOM
1	B	Patinar alternadamente para a frente em linha reta.	-2	-1	4	+2	+3
2	B	Travagem em "T"	-2	-1	4	+2	+3
3	B	Carrinho para a frente sobre os dois pés.	-2	-1	4	+2	+3
4	B	Deslizar para a frente em linha reta na posição de "quatro".	-2	-1	5	+2	+3
5	B	Patinar para a frente efetuando cruzados.	-2	-1	5	+2	+3
6	B	Mudanças de rodado para a frente com os dois pés.	-2	-1	6	+2	+3
7	B	Patinar para trás em "tesoura" com ambos os pés.	-2	-1	6	+2	+3
8	B	Avião para a frente.	-2	-1	7	+2	+3
9	B	Combinação de três pequenos saltos, a dois pés.	-2	-1	7	+2	+3
10	A	Patinar para trás efetuando cruzados.	-2	-1	8	+2	+3
11	A	Carrinho para a frente sobre um pé.	-2	-1	8	+2	+3
12	A	Águia interior frente .	-2	-1	9	+2	+3
13	A	Pião nos dois pés.	-2	-1	9	+2	+3
14	A	Salto de Valsa	-2	-1	10	+2	+3
15	A	Avião para trás	-2	-1	10	+2	+3

Ao valor base/residual de cada elemento executado o juiz de cotação atribui um valor positivo ou negativo conforme o nível de execução dos exercícios que o patinador apresentou.

Quadro Nº2

FICHA DE PROVA – PATINAGEM ARTÍSTICA																
ESCOLA/AGRUPAMENTO										PROF. RESPONSÁVEL						
PROVA : _____																
ALUNO/PATINADOR	ESCALÃO	EXERCÍCIOS A REALIZAR														
		B	B	B	B	B	B	B	B	B	B	A	A	A	A	A
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
		Patinar para a frente	Travagem em "T"	Carrinho nos 2 pés	"quatro"	Patinar para a frente com cruzadas	Mudanças de rodado.	Patinar para trás em "fasciura"	Avião para a frente.	Saltos, a dois pés.	Patinar para trás cruzados.	Carrinho para a frente sobre um pé	Águia interior	Pião nos dois pés.	Salto de Valsa	Avião para trás

Quadro Nº3

FOLHA DE AJUIZAMENTO																		JUIZ: _____		
Aluno/patinador	Patinar para a frente	Travagem em "T"	Carrinho nos 2 pés	"quatro"	Patinar para a frente com cruzados.	Mudanças de rodado.	Patinar para trás em "tesoura"	Avião para a frente.	Saltos, a dois pés.	Patinar para trás cruzados.	Carrinho para frt. um pé.	Águia interior	Pião nos dois pés.	Salto de Valsa	Avião para trás	Nota A	Nota B	Total		
	4	4	4	5	5	6	6	7	7	8	8	9	9	10	10					
1																				
2																				
3																				
4																				
5																				
6																				
7																				
8																				
9																				
10																				
11																				
12																				
13																				
14																				
15																				

**PATINAGEM DE GRUPO**

<b>Nº</b>	<b>CAT</b>	<b>EXERCÍCIOS</b>	<b>INSUFICIENTE</b>	<b>DEFEITUOSO</b>	<b>VALOR BASE (SUFICIENTE)</b>	<b>BOM</b>	<b>MUITO BOM</b>
1	A	CRUZAMENTO 1	-2	-1	10	+2	+3
2	A	CRUZAMENTO 2	-2	-1	10	+2	+3
3	A	CIRCULO/RODA	-2	-1	10	+2	+3
4	A	FORMAÇÃO EM LINHA	-2	-1	10	+2	+3
5	A	ESTRELA	-2	-1	15	+2	+3