



Desporto Escolar



NÍVEL 1 – FASE ESCOLA

**DOCUMENTO DE APOIO PARA  
FORMAÇÃO ALUNOS JUÍZES-  
ÁRBITROS**



**CANOAGEM**

# IDENTIDADE DO DESPORTO ESCOLAR

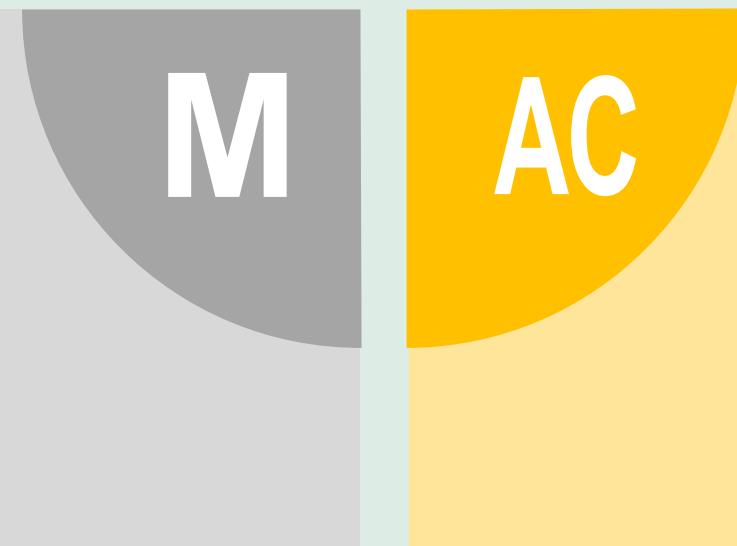
## VISÃO

Garantir uma oferta desportiva escolar variada aos alunos, envolvendo as comunidades escolar e local, em todas os agrupamentos de escolas e escolas não agrupadas.



## VALORES

- Responsabilidade e integridade;
  - Excelência e exigência;
- Curiosidade, reflexão e inovação;
  - Cidadania e participação;
- Liberdade.



Contribuir de forma articulada para os seis eixos estratégicos do programa:  
1. +Desporto | +atividade física;  
2. Formação de alunos e professores;  
3. Cidadania, inclusão e ética;  
4. Cogestão e codecisão na escola;  
5. Desporto verde e sustentável;  
6. Envolvimento das | nas comunidades.

## MISSÃO

- Consciência e domínio do corpo;
  - Bem-estar, saúde e ambiente;
- Raciocínio e resolução de problemas;
  - Pensamento crítico e pensamento criativo;
- Relacionamento interpessoal;
- Desenvolvimento pessoal e autonomia;
- Sensibilidade estética e artística.

## ÁREAS DE COMPETÊNCIA

**Perfil dos alunos à saída da escolaridade obrigatória**



# MISSÃO E VISÃO DA ARBITRAGEM NO DESPORTO ESCOLAR

## Missão



Promover o desenvolvimento de competências de arbitragem no Desporto Escolar, capacitando os alunos para tomarem decisões justas, conhecerem as regras e atuarem com confiança, espírito de liderança, cooperação e respeito por todos os intervenientes no jogo.

## Visão



Ser um modelo de excelência nacional na formação de alunos juiz-árbitros, promovendo uma cultura de responsabilidade, ética desportiva e cidadania ativa, através de experiências significativas no contexto do Desporto Escolar.



Desporto Escolar



## História da modalidade (resumo)

A Canoagem é um desporto náutico praticado com canoa ou caiaque. Os primeiros indícios reportam-se aos egípcios e índios americanos. Por volta do ano 2000 a.c., as embarcações eram usadas para transporte, caça, pesca e guerra tribais.

Construídas com armações de madeira e ossos, e cobertas com peles de animais.

O nome de kayak provém da designação atribuída pelos esquimós e significa "barco de homens".



Desporto Escolar

## História da modalidade (resumo)

Foi em Inglaterra, em 1840, que a Canoagem começou a ser vista como desporto com quadro competitivo regular, (por padre escocês John Mac Gregor). Nos dias de hoje, a Canoagem tem o seu ponto alto nos Jogos Olímpicos, sendo uma modalidade olímpica desde de 1936 nas Olimpíadas de Berlim.





Desporto Escolar

## História da modalidade (resumo)

Em Portugal, começou a ser praticada antes de 1940, mas só em 1979 foi criada a FPCanoagem. Desde então, a modalidade tem vindo a prosperar. Atualmente, é uma das modalidades que mais medalhas conquista para Portugal, ao mais alto nível (JO, Mundiais e Europeus). **Fernando Pimenta** é o expoente máximo dos praticantes desta modalidade em Portugal. Já conquistou 150 medalhas, só em competições internacionais (Agosto de 2025).





Desporto Escolar

## História da modalidade (resumo)

No Desporto Escolar, a 1<sup>a</sup> competição realizou-se em Ponte de Lima, em 2004. Em 2007 passou a integrar o quadro das modalidades com regulamento específico e calendário competitivo próprio.

Atualmente, os quadros competitivos integram as especialidades de Velocidade, Slalom e Resistência.





Desporto Escolar

## Tipos de Embarcações

KAYAK (Abreviadamente K) – Caracterizado por ser navegado na posição de sentado, utilizando como meio de propulsão uma pagaia de duas pás. K1, K2 ou K4





Desporto Escolar

## Tipos de Embarcações

CANOA (Abreviadamente C) – Caracterizada por ser navegada com um ou dois joelhos no fundo da embarcação. Utiliza como meio de propulsão uma pagaia de uma só pá.





Desporto Escolar

## STAND UP PADLE CANOA

(Abreviatura SUPC) – Caracterizado por ser navegado na posição de pé, em Águas Lisas, utilizando como meio de propulsão uma pagaia de 1 pá.

## Tipos de Embarcações





Desporto Escolar

# Especialidade

- **VELOCIDADE**
- **FUNDO**
- **SLALOM**





Desporto Escolar

# Regulamento da Velocidade

Prova na distância de 200m, para todas as classes, com a largada a ser delimitada por duas boias na partida, afastadas o suficiente de forma a permitir o alinhamento de 9 embarcações e duas boias na chegada com a mesma largura.

O alinhamento é efetuado pelo árbitro de largada.

Durante o percurso os atletas devem levar a sua embarcação em linha reta sem bruscas mudanças de trajetória, sob pena de ser desclassificado.



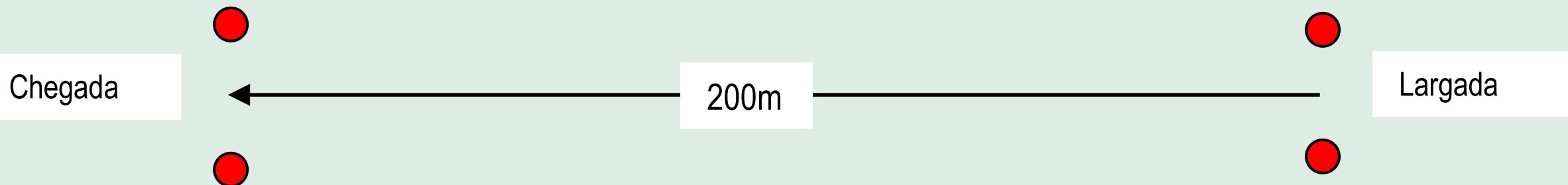


Desporto Escolar

# Regulamento da Velocidade

Prova na distância de 200m, para todas as classes, com a largada a ser delimitada por duas boias na partida, afastadas o suficiente de forma a permitir o alinhamento de 9 embarcações e duas boias na chegada com a mesma largura. O alinhamento é efetuado pelo árbitro de largada.

Durante o percurso os atletas devem levar a sua embarcação em linha reta sem bruscas mudanças de trajetória, sob pena de ser desclassificado.





# Regulamento do Fundo

Prova realizada em circuito. Cada volta ao percurso deverá ter, preferencialmente, a extensão aproximada de 1000 metros, com cada escalão a efetuar as seguintes distâncias/voltas:

INFANTIS A	1 000 metros	1 volta
INFANTIS B / INICIADOS	2 000 metros	2 voltas
JUVENIS / JUNIORES	3 000 metros	3 voltas

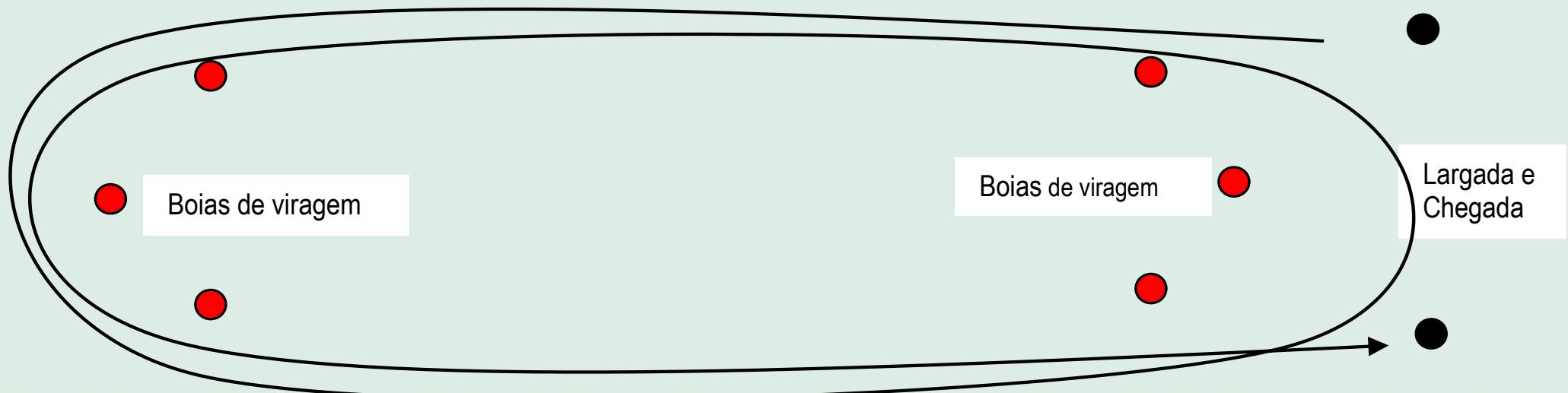


Desporto Escolar

# Regulamento do Fundo

O percurso marcado com boias bem visíveis.

A largada efetuada entre duas boias, com a chegada a ser realizada no mesmo local ou em local diferente, desde que devidamente assinalado. Cada rondagem deve ter pelo menos 3 boias, com o raio de cada rondagem a ser de aproximadamente 40 metros, para que a trajetória dos barcos seja o mais circular possível.





Desporto Escolar

Percorso da prova:  
Águas calmas / corrente  
ligeira (Grau I)

Distância: 100 a 200m

Nº de Portas/boias: 10

# Regulamento do Slalom





# Regulamento do Slalom

O objetivo é percorrer as 10 portas, sem faltas, o mais rapidamente possível. É obrigatória a passagem das portas pela ordem numérica estabelecida e de acordo com a cor da porta, sentido descendente (verde) ou ascendente (vermelho). Os atletas sairão nos intervalos de tempo previamente definidos (normalmente de 1 em 1 minuto).

A prova poderá ser disputada em uma ou em duas mangas. O resultado de cada manga é calculado pelo tempo obtido na prova, somando-se as penalizações nas portas.



# Regulamento do Slalom

## PENALIZAÇÕES

- 1) Nula, passagem sem falhas;
- 2) 2 pontos (correspondente a 2 segundos), passagem correta da porta, mas com toque numa ou nas duas barras;
- 3) 50 pontos (correspondente a 50 segundos), toque na porta (quer numa ou nas duas barras) sem ter efetuado uma passagem correta; toque intencional na porta, a fim de permitir a passagem; passagem da porta numa direção diferente daquela indicada no plano de percurso.

O resultado final, independentemente do número de mangas realizado, será o da melhor manga (já acrescido das respetivas penalizações).



Desporto Escolar



NÍVEL 1 – FASE ESCOLA

CANOAGEM

AJUIZAMENTO



## PRINCÍPIOS ÉTICOS DE AJUIZAMENTO

**Como o ato de ajuizar é muito sério, o Aluno Juiz/Árbitro obriga-se a um COMPORTAMENTO ÉTICO**

- Ser sempre isento
- Tentar ser correto nas suas apreciações e decisões
- Tentar fazer o ajuizamento com competência
- Aceitar as decisões de quem dirige a competição
- Concentrar-se na sua função, não se distrair e ser solidário com os colegas
- Não manter diálogos desnecessários, nem intimidades com os atletas
- Não gritar, não discutir, nem ser agressivo
- Se o atleta lhe perguntar alguma coisa, esclarecê-lo convenientemente



## AJUIZAMENTO

### Recomendação para a composição da equipa de arbitragem

<b>Juiz Árbitro</b>	O Juiz Árbitro, que é também o Presidente da Comissão de Competição, decide sobre todas as questões que surjam durante a competição e que não estejam contempladas nos regulamentos. Deve também, certificar-se que as medidas de segurança adotadas são as adequadas e que são respeitadas no decorrer da prova.
<b>Árbitro de Largada</b>	O Árbitro de largada decide sobre todas as questões respeitantes às largadas das provas, e será o único responsável por decisões tais, como falsas partidas. As suas decisões são definitivas. Dirige as embarcações para a linha de largada sem atrasos, deve verificar o equipamento do atleta e o seu número de competição. Quando todas as embarcações estiverem alinhadas, deve proceder à largada, com a voz: ATENÇÃO...PARADOS... JÁ. O sinal de partida pode também ser dado por sinal sonoro, substituindo a palavra JÁ.



## AJUIZAMENTO

<b>Árbitros de Rondagem</b> <b>Árbitros de Porta (Slalom)</b>	<p>Os Árbitros de Rondagem (Prova Circuito), verificam se os competidores fazem a rondagem de acordo com os regulamentos. O Secretário menciona numa lista, o nº dos competidores que passaram o ponto de rondagem. Sempre que haja uma infração, o árbitro deve informar o Juiz Árbitro, logo após a prova.</p> <p>Os Árbitros de Porta (Provas de Slalom), prestam atenção às portas para as quais foram nomeados, assinalando as punições com o disco correspondente. Este não pode chamar a atenção de um competidor para qualquer erro cometido.</p>
<b>Árbitro de Percurso</b>	<p>Caso as características do percurso não permitam o visionamento de todo o trajeto da prova, por parte dos restantes elementos da equipa de arbitragem, será necessário recorrer a Árbitros de Percurso. Este árbitro verifica se os regulamentos são cumpridos no decorrer de uma prova. Se não o forem, deve comunicá-lo ao Juiz Árbitro no final da prova. Sempre que possível, o Árbitro deve seguir a prova num barco a motor, sem perturbar os competidores.</p>



Desporto Escolar

## AJUIZAMENTO

<b>Árbitros de chegada/ cronometristas</b>	Registam a ordem de chegada e o respetivo tempo.
<b>Secretariado</b>	Verificam e organizam a lista de resultados..
<b>Locutor (Facultativo)</b>	Faz a locução, podendo auxiliar na chamada dos alunos.



## AJUIZAMENTO

### NOTAS:

Não é apresentado o número de elementos necessários para cada uma das posições. Cada organização deve ajustar o número de árbitros às características do percurso e ao nº de participantes.

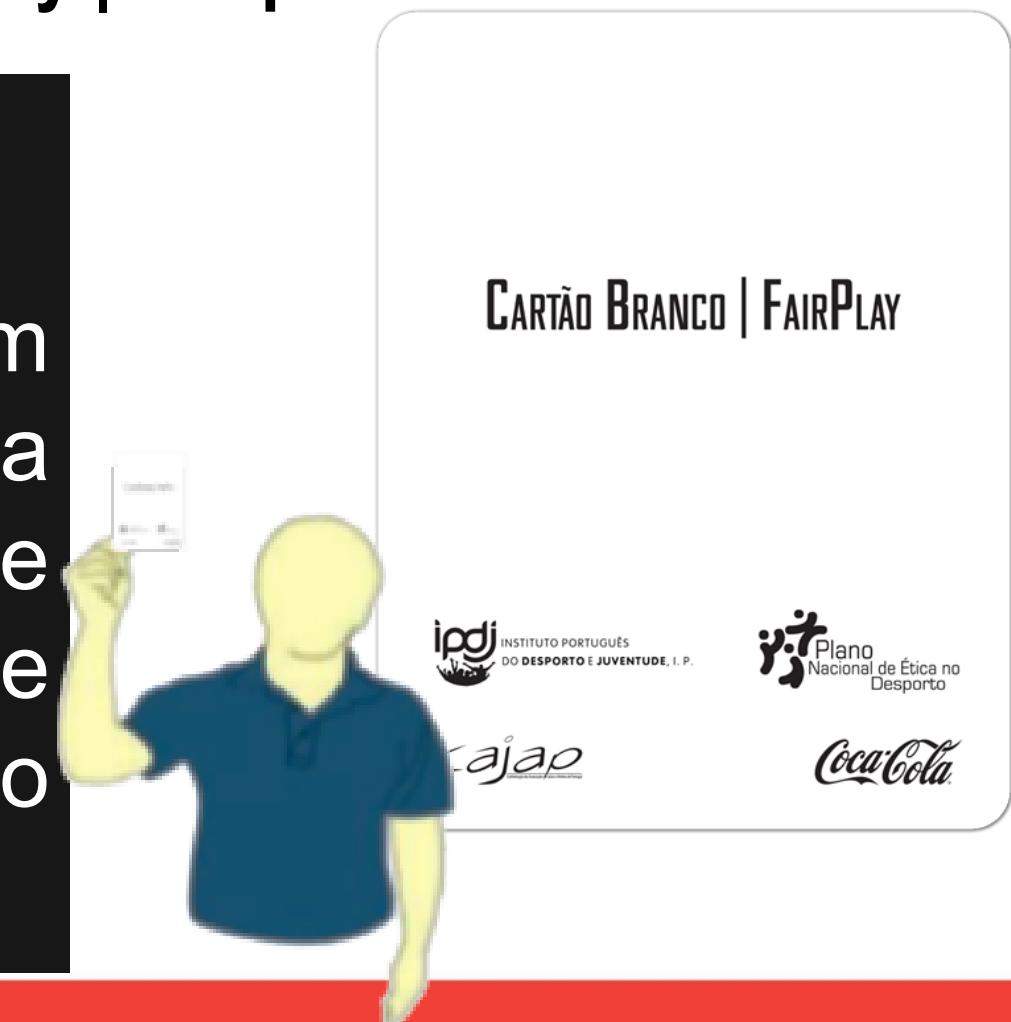
Desde que tecnicamente tal seja possível, o mesmo árbitro pode desempenhar mais que uma das funções dentro da equipa de arbitragem (ex. árbitro de largada e árbitro de chegada; juiz árbitro e árbitro de largada, etc.).

# PRINCÍPIOS ÉTICOS DE AJUIZAMENTO

## Cartão Branco / Fair Play | Desporto Escolar

### O QUE É?

O Cartão Branco / Fair Play é um recurso pedagógico que visa enaltecer condutas eticamente corretas praticadas por alunos e professores, no âmbito do Desporto Escolar.





Desporto Escolar



<https://desportoescolar.dge.medu.pt/>



<https://www.facebook.com/desportoescolar/>



Instagram: [@Desportoescolar](#)



[https://x.com/DEscolar\\_Port](https://x.com/DEscolar_Port)



[www.youtube.com/@DEdesportoescolar](http://www.youtube.com/@DEdesportoescolar)



# MEIOS OFICIAIS DE COMUNICAÇÃO DO DESPORTO ESCOLAR



# **DESEJAMOS UM EXCELENTE ANO LETIVO!**

