



REGULAMENTO ESPECÍFICO DE SURFING 2025-2026

ÍNDICE

INTRODUÇÃO	2
1. PARTICIPAÇÃO.....	3
2. ESCALÕES ETÁRIOS	3
3. REGULAMENTO TÉCNICO-PEDAGÓGICO	3
3.1. Fases de Organização	4
3.2. Modelos de Competição	4
3.3. Classificações.....	5
3.4. Prêmios	6
4. CAMPEONATO NACIONAL ESCOLAR E TÍTULOS EM DISPUTA	6
5. ORGANIZAÇÃO DE UM EVENTO / PROVA	7
5.1. Local de prática	7
5.2. Programas / Horários	7
5.3. Equipamento	7
5.4. Acompanhamento dos alunos	7
5.5. Faltas: definição de falta administrativa e de falta de comparência	8
5.6. Secretariado	8
6. JULGAMENTO / AJUIZAMENTO	8
7. SEGURANÇA E APOIO MÉDICO.....	9
9. CASOS OMISSOS	12

INTRODUÇÃO

Este regulamento específico aplica-se a todas as competições de Surfing realizadas no âmbito do Programa Estratégico do Desporto Escolar (PEDE), em conformidade com o estipulado no Regulamento Geral de Funcionamento do Desporto Escolar (RGFDE), no Regulamento de Provas e Competições do Desporto Escolar (RPCDE) e Regras Oficial da Federação Portuguesa de Surf, em vigor. O regulamento em vigor da Federação Portuguesa de Surf é o que regulamenta a atividade no ano civil em que começa o ano letivo.

O Regulamento de Provas e Regras oficial da Federação Portuguesa de Surf aplica-se a todos os escalões, com adaptação adequada das regras às condições de realização das competições, tendo a possibilidade de se registarem alterações ao nível do organigrama de prova, devido ao tempo de duração desta e/ou às condições de prática observadas, bem como ao nível de competências apresentado pelos alunos.

Este poderá ainda ser complementado pelo Regulamento de prova de cada fase, seja esta, Local, Regional ou, caso exista, Nacional, elaborado pela entidade organizadora com o parecer do Coordenador Nacional da Modalidade e aprovação da Coordenação Nacional do Desporto Escolar (CNDE).

1. PARTICIPAÇÃO

A competição é destinada todos os alunos dos agrupamentos de escolas (AE) e escolas não agrupadas (EnA) do ensino público e dos estabelecimentos de ensino particular (EEPC) e cooperativo, dependentes ou não do Ministério da Educação, desde que legalmente reconhecidas, e que estejam devidamente inscritos nos Documentos de Gestão do Desporto Escolar, de acordo com o RGFDE vigente.

2. ESCALÕES ETÁRIOS

Os alunos participantes nas várias competições do Desporto Escolar distribuem-se por escalões etários, de acordo com o seguinte quadro:

ESCALÃO	ANO DE NASCIMENTO
INFANTIL A (SUB 11)	2015 a 2017
INFANTIL B (SUB 13)	2013 e 2014
INICIADO (SUB 15)	2011 e 2012
JUVENIL (SUB 18)	2008 a 2010
JÚNIOR (SUB 21)	2004 a 2007

Nota 1: No Escalão Infantil A não há competição Nível II. Caso o professor considere, por razões de natureza técnica e didática, que a participação do aluno constitui uma mais-valia na competição de Infantil B, este deverá ser inscrito mediante subida de escalão.

Nota 2: Nos escalões de Infantis A e B (Sub11 e Sub13) a subida ao escalão imediatamente superior é permitida aos alunos que estão em qualquer um dos anos do escalão correspondente à sua idade. No escalão de iniciado (Sub15), a subida ao escalão imediatamente superior, apenas é permitida aos alunos que estão no último ano do escalão correspondente à sua idade. Não é permitido a subida de escalão aos alunos Juvenis (Sub18).

Nota 3: Os alunos são obrigados a participar em todas as competições, no escalão no qual participaram na primeira prova local, não sendo permitida a alteração de escalão nas restantes etapas Locais, Regionais e caso exista, no Nacional.

3. REGULAMENTO TÉCNICO-PEDAGÓGICO

3.1. Fases de Organização

As diversas fases organizativas desenvolvem-se do seguinte modo:

3.1.1. A Fase Local é da responsabilidade de cada CLDE, com a colaboração das Escolas e dos respetivos Coordenadores dos Clubes de Desporto Escolar, Professores dos Grupos-equipa da modalidade e outras entidades, ou naqueles, em que forem delegadas competências.

Os alunos dos grupos-equipas do Desporto Escolar de Surfing só podem inscrever-se num Escalão/Género/Especialidade, à exceção da especialidade de Skimboard.

Nas provas locais, regionais e caso ocorra, no Nacional poderão ser disputadas provas nos Escalões/Géneros/Especialidade:

- Infantis B /masc/surfing
- Iniciados/masc/surfing
- Juvenis/masc/surfing
- Feminino/surfing (*)
- Masc/fem/bodyboard (*)
- Masc/fem/skimboard (*)
- Juniores/masc/surfing (*)

(*) Não é permitida a inscrição de alunos do escalão Infantil A nas modalidades de Vários Mistos de GE de Nível II. Caso o professor considere, por razões de natureza técnica e didática, que a participação do aluno constitui uma mais-valia na competição de Infantil B, este deverá ser inscrito mediante subida de escalão.

As provas de âmbito local deverão abranger, sempre que possível, o maior número de escalões/géneros/especialidades, de forma a possibilitar a participação nas provas regionais e nacionais.

As provas de âmbito regional, são definidas mediante a necessidade de apuramento para as provas nacionais, sempre que esta ocorra.

As provas nacionais são definidas anualmente pela CNDE, mediante os escalões/géneros/especialidades, que farão parte dessa prova no respetivo ano letivo.

3.1.2. Quando existe Fase Nacional, esta é da responsabilidade da CNDE em colaboração com FPS, CRDE, CFD do Desporto Escolar e a CLDE onde decorre o evento.

3.2. Modelos de Competição

3.2.1. Competição Formal:

Em todas as provas deve ser utilizado o formato de 3-4 competidores por bateria com a duração de 20 minutos. A progressão neste tipo de formato contempla que, pelo menos 50% dos competidores têm de avançar para a fase seguinte.

Para que seja possível realizar o campeonato em 2 dias, a categoria de Juvenis deve ter um máximo de 32 inscritos.

- Sequência de prova:
 - 1/8 de Final: 8 baterias (1º e 2º avançam para a ½ de final)
 - ¼ de Final: 4 baterias (1º e 2º avançam para a ½ de final)
 - ½ de Final: 2 baterias (1º e 2º avançam para a final)

- Final: 1 bateria

As restantes categorias (Infantis, Iniciados, Feminino e Bodyboard) devem ter um máximo de 16 inscritos.

- Sequência de prova:
 - ¼ de Final: 4 baterias (1º e 2º avançam para a ½ de final)
 - ½ de Final: 2 baterias (1º e 2º avançam para a final)
 - Final: 1 bateria

Para todas as categorias:

- Contagem de ondas: máximo 10 ondas; máximo 15 ondas (só nas Finais) Os tempos oficiais de todas as baterias, serão feitos pelo chefe de juízes. Tempo mínimo-máximo de bateria: 15-25 min; 20-45 min (Finais)

Todas as baterias devem começar a partir de uma área limitada na zona de rebentação ou praia, sob a direção de diretor técnico. Um aviso visual dos 5 minutos finais poderá ser dado antes do final de cada bateria. O chefe de juízes indicará o começo da bateria.

Deverá ser usada uma sirene ou toque de buzina para começar e acabar as baterias; um toque para começar e dois toques para acabar.

Um sistema de disco (ou luminoso) com, pelo menos, 1 metro quadrado deverá ser igualmente usado; verde para começar e amarelo/vermelho para os 5 minutos finais.

De salientar a hipótese de se aplicar a regra de prioridades se as condições o permitirem.

Corpo Técnico:

Diretor Técnico

Chefe de juízes

3 a 5 Juízes Desporto Escolar (Alunos)

Devido aos condicionalismos que a Natureza nos reserva poderão observar-se alterações no organigrama de prova com a aprovação prévia do diretor técnico.

Promovendo a saudável competição e tendo em consideração os escalões/género/especialidade propostos, a entidade organizadora pode realizar outro tipo de atividades complementares (competição de principiantes, exposições de atletas profissionais, exposições ou projeção de filmes).

3.3. Classificações:

Em cada competição será elaborada uma classificação individual por escalão/género/especialidade.

Classificação individual

A classificação individual será elaborada à medida que os alunos vão sendo eliminados segundo os critérios em vigor na Federação Portuguesa de Surf para provas de eliminação direta ou dupla eliminação (a entidade organizadora após observação das condições para a prova pode optar por uma das formas de competição).

3.4. Prémios

Serão atribuídos prémios aos 4 primeiros classificados de cada escalão/género/especialidade. Todas as entidades organizadoras deverão procurar estabelecer contactos com patrocínios locais ou outros para obter algum material específico de prática que possa ser entregue por classificação ou sorteio.

Em todas as atividades deve ser reconhecida a participação de professores e alunos através de um diploma oficial a elaborar pela organização.

4. CAMPEONATO NACIONAL ESCOLAR E TÍTULOS EM DISPUTA

Os títulos nacionais serão disputados numa prova única.

Para todas as provas (Local, Regional e Nacional) será aplicada a tabela de 1000 pontos em vigor no regulamento da Federação Portuguesa de Surf. Só haverá desempate na atribuição dos títulos nacionais e seguindo os critérios definidos no referido regulamento.

O Campeonato Nacional Escolar destina-se a alunos dos escalões de iniciados e juvenis, de ambos os géneros, em qualquer uma das especialidades previstas no programa (Surfing, Bodyboard e Skimboard).

Os títulos nacionais são definidos anualmente pela CNDE, mediante os escalões/géneros/especialidades, que farão parte dessa prova no respetivo ano letivo.

Desta forma, consoante os escalões/especialidades admitidos a Campeonato Nacional em cada ano letivo, os **títulos nacionais em disputa** distribuem-se da seguinte forma:

- Campeão Nacional Escolar de Surfing em Iniciados Masculinos
- Campeão Nacional Escolar de Surfing em Juvenis Masculinos
- Campeã Nacional Escolar de Surfing Feminino (Iniciadas e Juvenis)
- Campeão Nacional Escolar de Bodyboard (Iniciados M/F e Juvenis M/F)
- Campeão Nacional Escolar de Skimboard (Iniciados M/F e Juvenis M/F)

Os alunos serão apurados para um regional através da realização de provas de nível local preenchendo uma quota (CLDE) de participação definida pela CRDE.

As CLDE que apresentem um número de grupos/equipa reduzido, devem realizar provas de apuramento em

conjunto com outras que se encontrem geograficamente próximas.

Os alunos apurados para participar no Campeonato Nacional nas especialidades de Surfing e Bodyboard, só podem participar na especialidade em que se apuraram, à exceção da especialidade de Skimboard.

5. ORGANIZAÇÃO DE UM EVENTO/PROVA

5.1. Local de prática:

A entidade organizadora deve ter em conta a praia escolhida para realizar a atividade consoante as condições previstas para o dia. Deve ser uma praia de fácil acesso com instalações de apoio e segurança. Sempre que não se verificarem condições de segurança totais para a realização da atividade esta deve ser de imediato interrompida.

5.2. Programas/Horários:

Os programas e horários das atividades são da responsabilidade das entidades organizadoras e do Coordenador Nacional da Modalidade devendo ter em conta os seguintes períodos:

- Receção dos participantes;
- Reunião técnica dos professores envolvidos na atividade;
- Reunião técnica de juízes;
- Realização da atividade considerando as condições de prática existente;
- Alimentação;
- Elaboração de classificações e entrega de prémios.

5.3. Equipamento:

Todo o aluno detentor de material próprio deve usá-lo. No entanto, conforme as condições de prática observadas, poderão os professores promover a utilização de material com características diferentes a fim de proporcionar maior êxito durante a atividade. O material deve encontrar-se em boas condições e ser adequado às características do aluno (altura, peso, nível de surfing).

Aconselha-se a utilização de fato isotérmico, prancha, leash, protetor solar, toalha, calção de banho e roupa quente.

5.4. Acompanhamento de alunos:

Os professores que acompanham os alunos são responsáveis pelo devido enquadramento e orientação durante a atividade. Devem promover o aquecimento dos alunos e encaminhá-los para o levantar da sua licra com antecedência. Os alunos que não comparecerem à chamada para a sua bateria de competição serão eliminados.

5.5. Faltas: definição de falta administrativa e de falta de comparência

Falta administrativa – quando o grupo-equipa não se apresenta nas atividades competitivas com a **quota de participantes atribuída e definida em regulamento de prova**:

- Cada grupo-equipa terá de apresentar, na prova em que participa, um número mínimo de:
 - 6 alunos.
 - 1 aluno juiz.

Falta de comparência – quando o grupo-equipa não compareceu na prova ou quando se apresenta fora do tempo regulamentar estipulado.

5.6. Secretariado:

A entidade organizadora é responsável pelo secretariado da atividade devendo:

- Elaborar e divulgar o programa e ficha de inscrição para a atividade.
- Elaboração se necessário de documento orientador da atividade (mapa da praia, locais perigosos, regulamento específico, locais de apoio);
- Recolha e tratamento das inscrições;
- Elaboração do painel de resultados;
- Elaboração e divulgação da classificação individual.

6. JULGAMENTO / AJUIZAMENTO

A arbitragem é efetuada pelos alunos/árbitros formados nas ações de escola e ações regionais. Cada grupo-equipa deve inscrever obrigatoriamente 1 aluno juiz/árbitro devidamente preparado, que assumirá funções na equipa de arbitragem.

Nas fases regionais e nacional ao aluno juiz/árbitro não é permitida a participação como praticante, devendo optar por uma das funções. Deverão estar corretamente inscritos nos Documentos de Gestão do Desporto Escolar até 15 de março. A orientação dos alunos/árbitros estará a cargo do Chefe de Juízes designado pela entidade organizadora em colaboração com o Coordenador Nacional da Modalidade e a CLDE/CRDE/CNDE.

O painel de juízes deve ser constituído por 3 ou 5 alunos. Para o primeiro caso a nota relativa à onda é a média das 3 notas atribuídas. No segundo caso a nota mais alta e a nota mais baixa são cortadas, sendo a nota relativa a essa onda a média das restantes 3.

Para além deste painel é necessário um Beach Marshal, um Spoter, um tabulador e um locutor. Estas funções

serão exercidas pelos alunos juízes de uma forma rotativa segundo o plano elaborado pelo chefe de juízes.

7. SEGURANÇA E APOIO MÉDICO

- a) Todas as competições de Surfing devem decorrer segundo normas de segurança adequadas, assegurando meios de salvamento que garantam a integridade física dos participantes.
- b) A organização é responsável por assegurar a presença de um Nadador Salvador e meios de salvamento. Na definição dos meios necessários e a sua distribuição ao longo da zona, deve ter em consideração as características do local, características do plano de água, condições meteorológicas, número e nível técnico dos alunos em prova.
- c) Sempre que possível deve ser assegurada a presença de uma ambulância, ou, em alternativa, meios que permitam o contacto rápido com os serviços de emergência médica, os quais devem ser previamente informados da realização da prova.
- d) Todo o aluno que não respeite as diretrizes regulamentares, divulgadas no programa de prova no que diz respeito à segurança, deverá ser impedido de participar na competição. Se tiver iniciado a competição, será desclassificado.
- e) Os organizadores não podem ser responsabilizados por acidentes ou danos materiais sempre que se verifique o incumprimento das normas de segurança estabelecidas.
- f) Incumbe a todos os Árbitros e Professores acompanhantes, observar se as medidas de segurança estão a ser respeitadas e impedir embarcações ou competidores de largar ou continuar a prova se não satisfizerem os requisitos prescritos no regulamento.

8. ATIVIDADES/REFERÊNCIAS A DESENVOLVER PELAS ESCOLAS COM DE ESCOLA ATIVA

Criar um conjunto de experiências e práticas que promovam o desenvolvimento das competências essenciais para a prática do Surfing. Permitir que os alunos se familiarizem com os conceitos e habilidades antes de entrar na água, de maneira segura e pedagógica.

Treino de Equilíbrio

Objetivos:

Desenvolver a capacidade de equilíbrio, fundamental para a prática do surfing.

Atividades:

Pranchas de Equilíbrio: Os alunos podem usar pranchas de equilíbrio para simular o movimento de surfing. O exercício ajuda a melhorar o controle da postura.

Slackline: Prática de andar sobre uma fita tensa, que também ajuda no treino de equilíbrio e concentração.

Skates: Utilização de diversos tipos de Skates (Carvers, Longboard, etc) em linha reta ou em circuitos.

Exercícios de Estabilidade: Treinos em superfícies instáveis, como bolas suíças ou bancos suecos com diversos tipos de inclinação ajudam a melhorar o controle do corpo e a ativação de diferentes grupos musculares.

Materiais necessários:

Pranchas de equilíbrio, slackline, bolas suíças, bancos suecos e Skates.

Treino de simulação de Movimentos do Surfing**Objetivos:**

Ensinar a mecânica dos movimentos fundamentais do surfing, como a remada e o take-off (levantar na prancha).

Atividades:

Simulação do Take-off: Em sala de aula ou no ginásio, os alunos podem praticar o movimento de levantamento da prancha, começando no chão e depois progredindo para pranchas de equilíbrio ou Skates Longboard.

Treino de Remada: Utilizando cordas elásticas ou cordas de resistência, os alunos podem simular a remada, trabalhando a força dos braços e o ritmo. Outra opção é usar uma prancha de surfing sobre uma superfície plana elevada, simulando o movimento de remada.

Materiais necessários:

Pranchas, cordas elásticas e pranchas de equilíbrio.

Estudo das Ondas e das Condições do Mar**Objetivos:**

Ensinar os alunos sobre a dinâmica das ondas, marés, correntes e outros fenômenos naturais, preparando-os para entender o ambiente e planos de prática do surfing.

Atividades:

Aulas Teóricas sobre Dinâmica das Ondas: Utilizando recursos visuais, como vídeos ou animações, para explicar como as ondas se formam, o que influencia seu tamanho e direção, e como isso afeta a prática do surfing.

Estudo das Correntes e Marés: Aulas sobre os efeitos das marés, correntes e ventos no mar, e como essas variáveis influenciam o surfing.

Materiais necessários:

Vídeos educativos, gráficos sobre correntes e marés.

Simulação de Situações de Surfing e Resposta a Emergências**Objetivos:**

Preparar os alunos para emergências no mar e ensinar boas práticas de segurança.

Atividades:

Simulação de Resgates: Em ambiente controlado (piscinas ou ginásio), realizar exercícios de resgate, como salvar um colega que caiu da prancha, ou o que fazer em caso de um wipeout (queda).

Regras de Segurança e Etiqueta: Discussões sobre a ética do surfing e como se comportar dentro e fora da água. Enfatizar a importância de respeitar outros surfistas e a Natureza.

Materiais necessários:

Materiais de primeiros socorros, vídeos e estudos de casos de emergências no surfing.

Cultura do Surfing e Filosofia**Objetivos:**

Introduzir a filosofia e a cultura que envolvem o surfing, como o respeito pelo meio ambiente, o espírito de comunidade e a disciplina.

Atividades:

Debates e Palestras sobre a Cultura do surfing: Organizar sessões de discussão sobre a história do surfing, seus ícones e sua ligação com a preservação ambiental.

Projetos de Conscientização Ambiental: Incentivar os alunos a se envolverem em projetos que promovam a limpeza das praias ou a preservação dos oceanos, criando um vínculo entre o Desporto e o respeito pelo meio ambiente.

Materiais necessários:

Filmes/documentários sobre a história do surfing e preservação ambiental, recursos educativos sobre ecologia marinha.

Simulação de Competições**Objetivos:**

Preparar os alunos para a dinâmica de competições de surfing, mesmo sem entrar na água.

Atividades:

Julgamento e Avaliação de Performance: Ensinar os alunos a avaliar o desempenho de seus colegas de forma construtiva, com base em critérios técnicos e de estilo, como se estivessem em uma competição real.

9. CASOS OMISOS

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 CNDE.