



CAMPEONATOS NACIONAIS ESCOLARES **INICIADOS**

28/30 MAIO ÁGUEDA, ALBERGARIA-A-VELHA E ESTARREJA

ATLETISMO



CAMPEONATOS NACIONAIS ESCOLARES – INICIADOS 2026

ATLETISMO

Siga o evento ao minuto em:

Padlet - [Campeonatos Nacionais Escolares - Iniciados 2026](#)

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

Instagram - <https://www.instagram.com/desportoescolar/>

Twitter - https://twitter.com/DEscolar_Port

Tik Tok - https://www.tiktok.com/@desporto_escolar

Padlet



1. Comissão Organizadora Local (COL)

Coordenador Nacional da Modalidade

Rui Militão

Rui Norte

Professor de apoio à Modalidade

António Beça

Eduardo Dantas

Ricardo Oliveira (PNFJAE)

Local de Competição

[Estádio Municipal da Branca](#)

Albergaria-a-Velha



2. Receção das Comitivas

Só poderão participar no Programa do evento (desportivo e social) os elementos (professores assistentes, alunos, voluntários) acreditados pela organização, devendo, desde o momento da acreditação até ao início da sua viagem de regresso, ser portador do cartão de acreditação sempre bem visível.

As delegações serão recebidas no Pavilhão Municipal de Albergaria-a-Velha onde se realizará a acreditação, fun zone, cerimónia de abertura e a concentração para o transporte aos locais de alojamento.

3. Acreditação das Comitivas

As acreditações oficiais (conferência das inscrições e apresentação da documentação de cada participante) serão realizadas no Pavilhão Municipal de Albergaria-a-Velha.

É necessária a apresentação obrigatória dos seguintes documentos:




- 📄 **Documento de Identificação original: cartão de cidadão, autorização de residência ou passaporte** dos alunos participantes;
- 📄 **Ficha de Inscrição do Grupo – Equipa e/ou Ficha de Bolsa de juiz-árbitros** (impressa a partir dos Documentos de Gestão do Desporto Escolar / ficheiro de inscrição em Excel) devidamente autenticada pelo respetivo Presidente do Clube do Desporto Escolar.

4. Reunião Técnica e de Arbitragem

A Reunião Técnica (**professores**) será realizada no dia 26 de maio de 2026 (3.^a- feira), às 18h30, online, via Microsoft Teams.

A Reunião Técnica (**alunos juizes/árbitros**) será realizada no dia 27 de maio de 2026 (4.^a- feira), às 18h30, online, via Microsoft Teams.

5. Alimentação | Alojamento | Transporte

	Local de Competição	Alojamento	Alimentação
Atletismo			
Feminino	Estádio Municipal da Branca	Escola Básica da Branca	Escola Básica da Branca
Masculino	Albergaria-a-Velha	Albergaria-a-Velha	Albergaria-a-Velha

Transportes: Transporte dedicado (autocarro) entre o local de alojamento e eventos sociais. A deslocação entre o local de alojamento, alimentação e competição será pedonal.

Alimentação: No final de cada refeição (pequeno-almoço, almoço e jantar), os participantes deverão levantar o reforço alimentar, no refeitório ou no local onde tomaram a refeição.

Sempre que se justifique, a organização poderá comunicar alterações à programação inicial.

Nota: No caso de necessidade de dietas especiais, esta deve ser manifestada até ao dia 20 de maio para os e-mails: catarina.solnado@dgeste.mec.pt e catarina.silva@dgeste.mec.pt, identificando o nome do participante, modalidade, género, tipo de dieta, restrições ou intolerâncias alimentares.

Após a inscrição, e caso não tenha sido manifestada tal necessidade, a organização não se responsabiliza pelo fornecimento da dieta.

Alojamento: Todos os participantes serão alojados em escolas, em salas de aula, em regime de acantonamento, pelo que deverão ser portadores do seguinte material:

- saco-cama;
- material de higiene pessoal;
- outros utensílios julgados convenientes.

Para os banhos e higiene pessoal, deverão utilizar, preferencialmente, os balneários dos locais de competição. Face às condições climatéricas da região é aconselhável levar um casaco para vestir à noite (eventos sociais).

Nota: Quaisquer danos causados no local de alojamento ou outras instalações, a indemnização pelos danos causados será imputada à respetiva comitiva. Agradecemos toda a compreensão e colaboração, por parte de professores e alunos, necessárias numa organização desta dimensão.

6. Participação dos Alunos

A fase nacional destina-se, fundamentalmente, a alunos do escalão de iniciados de ambos os géneros. No entanto, consoante o regulamento específico e a forma definida de apuramento para esta fase, poderão participar alunos do escalão de Infantil B, se inscritos como iniciados até 15 de março nos Documentos de Gestão do Desporto Escolar/Ficheiro Excel.

Todos os participantes são obrigados a cumprir com a programação do evento (integral), seguindo o código de conduta definido para os participantes. Define-se por Programação do Evento todos os momentos de competição, transferes, cerimónias protocolares e momentos socioculturais definidos e organizados para o evento.

A atitude, a postura competitiva e a participação nestes Campeonatos Nacionais Escolares deverão pautar-se por uma responsabilidade e um contributo para a promoção de valores do Desporto Escolar: **Responsabilidade; Espírito de equipa; Disciplina; Tolerância e Respeito.**

Os participantes nestes Campeonatos Nacionais **deverão manter conduta apropriada, acatando as regras e normas de funcionamento** nos locais de competição e alojamento, meios de transporte e eventos Culturais e Sociais.

O **NÃO** cumprimento do parágrafo anterior será sancionado, pela organização do evento, com a desclassificação do aluno e/ou equipa e convidado(s) a regressar de imediato aos seus locais de origem.

Nota: Cada delegação é responsável por trazer alfinetes para fixação do número/dorsal de competição.

7. Regulamento

O Campeonato Nacional de Atletismo reger-se-á pelo **Regulamento de Provas e Competições do Desporto Escolar** e **Regulamento Específico de Atletismo**, em vigor e em conformidade com as regras oficiais da Federação Portuguesa de Atletismo.

Notas regulamentares complementares:

- 7.1 - Cada aluno deverá possuir equipamento uniforme e, sempre que possível, com o nome e emblema da escola;
- 7.2 - Cada aluno poderá participar em duas provas individuais e na prova de Estafeta;
- 7.3 - Todos os alunos participantes são classificados individualmente por prova;
- 7.4 - As finais das provas de Velocidade, com e sem Barreiras, apuram o vencedor individual;
- 7.5 - Nas provas de Salto em Comprimento e Lançamento do Peso, o vencedor individual será o aluno com a melhor marca no conjunto dos 6 ensaios (4 para todos e mais 2 para os melhores 8);
- 7.6 – Os resultados das eliminatórias nas provas de Velocidade (com e sem Barreiras) contam para a classificação coletiva;
- 7.7 – Os resultados ao fim do quarto ensaio nas provas de Salto em Comprimento e de Lançamento do Peso contam para a classificação coletiva;
- 7.8 - A prova de Estafeta será constituída por 4 alunos que tenham realizado outra prova individual durante a competição, tanto nas equipas de Escola como nas de Seleções;
- 7.9 - O Regulamento não permite Alunos/Atletas suplentes.

8. Arbitragem | Ajuizamento




Os alunos juizes-árbitros serão selecionados, após conclusão com sucesso do nível 3 de formação (fase regional), pelos professores formadores e convocados pelas Coordenações Regionais do Desporto Escolar / Coordenações Locais do Desporto Escolar (CRDE/CLDE). Durante os Campeonatos Nacionais Escolares (CNE), decorrerá a etapa correspondente ao nível 4 de formação.

O número de juizes-árbitros a selecionar respeitará as quotas estabelecidas pela Coordenação Nacional do Desporto Escolar (CNDE), sendo a convocatória realizada de acordo com a melhor classificação obtida na pauta geral da fase regional (nível 3). (consultar Regulamento de Funcionamento do PNFJAE).

Caso não seja possível garantir a quota estabelecida para a fase nacional, serão selecionados alunos que cumpram os critérios definidos na fase anterior de formação.

9. Modelo de Competição

No Campeonato Nacional de Atletismo participam:

-  **Coletivamente:** *Equipa de Escola* - a equipa vencedora do respetivo Campeonato Regional, num máximo de 8 alunos (mínimo de 6 alunos). Não haverá lugar à inscrição de alunos suplentes.
-  **Individualmente:** Todas as DSR terão 12 alunos representantes (2 em cada disciplina individual). Não haverá lugar à inscrição de alunos suplentes.
-  **Prova Combinada Coletiva:** Prova extracompetição ao Campeonato Nacional a realizar no Sábado (*Ponto 12 deste documento*).

10. Classificações

10.1 - CLASSIFICAÇÃO COLETIVA

- *Por Equipas de Escola*

10.1.1 - Para a classificação coletiva pontuam os dois alunos por prova apresentados por cada equipa (Equipa de escola);

10.1.2 - Nas provas em que as equipas não apresentem atletas, sejam desclassificados, não façam a marca inicial no Salto em Altura ou não façam ensaios válidos no Salto em Comprimento ou no Lançamento do Peso, a pontuação a atribuir será de zero pontos por cada atleta em falta/desclassificado/não classificado;

10.1.3 - A classificação coletiva será determinada pelo somatório da pontuação obtida individualmente em cada prova e coletivamente na Estafeta, de acordo com o seguinte critério:

Prova individual		Estafeta	
Classificação	Pontuação	Classificação	Pontuação
1.º	$N \times 2$	1.º	$N \times 2$
2.º	$N \times 2 - 1$	2.º	$N \times 2 - 2$
3.º	$N \times 2 - 2$	3.º	$N \times 2 - 4$
etc.	etc.	etc.	etc.

Nota: **N** = número de equipas participantes.

10.1.4 - A classificação coletiva final é estabelecida por ordem decrescente dos pontos obtidos, classificando-se em 1.º lugar a equipa com o maior número de pontos;

10.1.5 - No caso de igualdade de pontos entre duas ou mais equipas, o desempate efetuar-se-á a favor da equipa que obtiver maior número de primeiros lugares, seguindo-se os segundos lugares e assim sucessivamente;

10.1.6 - No caso de ainda subsistir o empate, após esgotada a alínea anterior, cabe à organização determinar a forma de desempate a efetuar.

10.2 - CLASSIFICAÇÃO INDIVIDUAL

- *Classificação Geral por prova* - Todas as provas do programa de competição têm classificação individual, sendo para esse efeito considerados todos os participantes no Campeonato Nacional.
- Todas as provas contam simultaneamente para a classificação coletiva e individual.

NOTA: É absolutamente necessário que nas cerimónias protocolares de entrega de prémios, os alunos estejam presentes para subirem ao pódio. Reservamo-nos o direito de não atribuir o prémio a quem não estiver presente.

11. Programa de provas - horários

SEXTA 29 DE MAIO 2026			
HORA	PROVA	ESCALÃO	OBSERVAÇÕES
10h00	80m Barreiras	Iniciados Masculinos	Eliminatórias (84cm – 13 – 8 – 11)
10h05	Salto em Altura	Iniciados Femininos	1,05m; 1,10m... (5 em 5cm – 3 em 3 últ. 3)
10h30	60m Barreiras	Iniciados Femininos	Eliminatórias (76cm – 12 – 7,5 – 10,5)
10h40	Salto em Comprimento	Iniciados Masculinos	4 ensaios + 2 final
10h50	Lançamento do Peso (3kg)	Iniciados Femininos	4 Ensaios + 2 final
11h30	80m	Iniciados Femininos	Eliminatórias
11h55	80m	Iniciados Masculinos	Eliminatórias
12h25	60m Barreiras	Iniciados Femininos	Final
12h35	80m Barreiras	Iniciados Masculinos	Final
ALMOÇO			
15h00	4x80m	Iniciados Masculinos	Séries
15h30	4x80m	Iniciados Femininos	Séries
15h40	Salto em Altura	Iniciados Masculinos	1,20m; 1,25m... (5 em 5cm – 3 em 3 últ. 3)
15h50	Salto em Comprimento	Iniciados Femininos	4 Ensaios + 2 final
16h00	Lançamento do Peso (4kg)	Iniciados Masculinos	4 ensaios + 2 final
16h10	80m	Iniciados Femininos	Final
16h20	80m	Iniciados Masculinos	Final
17h00	1500 m	Iniciados Femininos	Final
17h30	1500 m	Iniciados Masculinos	Final
DISTRIBUIÇÃO DE PRÉMIOS INDIVIDUAIS E COLETIVOS			

SÁBADO 30 DE MAIO 2026	
HORA	PROVA COMBINADA COLETIVA
9h30	Altura Masculino
9h40	Peso Feminino (3kg)
10h00	80m Barreiras Feminino
10h15	Comprimento Feminino
10h30	100m Barreiras Masculino
11h00	80m Feminino
11h05	Peso Masculino (4kg)
11h20	80m Masculino
12h00	Estafeta Medley Feminino

12h15

Estafeta Medley Masculino

DISTRIBUIÇÃO DE PRÉMIOS COLETIVOS E ALMOÇO

12. Prova Combinada Coletiva

12.1 OBJETIVOS DA COMPETIÇÃO

- Tornar mais rica a fase Nacional do Atletismo no Desporto Escolar;
- Introduzir um modelo competitivo mais aliciante e simplificado em termos organizativos;
- Dar a possibilidade de as Seleções representantes de cada D. S. Regional se constituírem em equipa, lutando por objetivos coletivos.

12.2 INSCRIÇÕES

- a) Todas as equipas de escola e seleções (constituindo-se em equipa) estão à partida inscritas;
- b) Cada equipa será constituída no mínimo por 4 atletas e no máximo por 8;
- c) Cada atleta poderá realizar uma prova individual mais a estafeta.

12.3 TIPOLOGIA DA COMPETIÇÃO

- d) DNA simplificado;
- e) Não há distinção entre equipas de Escola e equipas de Seleção de DSR.

12.4 PROVAS - INICIADOS

- Feminino

80m Barreiras	Comprimento	Peso 3kg	80m	Estafeta Medley
----------------------	--------------------	-----------------	------------	------------------------

- Masculino

100m Barreiras	Altura	Peso 4kg	80m	Estafeta Medley
-----------------------	---------------	-----------------	------------	------------------------

12.5 PARTICULARIDADES – REGULAMENTO PARA O ESCALÃO DE INICIADOS

- a) Feminino e Masculino:
 - Peso - 4 ensaios (Masc – 4kg / Fem – 3kg)
 - Comprimento – 4 ensaios
 - Altura - 6 ensaios no total, de gestão individual (para cada aluno)
- b) Em cada prova individual serão atribuídos 10 pontos ao 1.º classificado, 9 ao 2.º e assim sucessivamente até ao último classificado;
- c) Em caso de abandono não justificado, desclassificação ou não participação, não será atribuído qualquer ponto;
- d) A altura inicial para o Salto em Altura e a progressão das fasquias é a seguinte: 1,15, 1,20, 1,25, 1,30, 1,35, 1,40, 1,44, 1,48, 1,51, 1,54, 1,57 ...
- e) Depois de concluídas todas as provas individuais somar-se-ão os pontos das várias equipas;

- f)** As diferenças pontuais entre as várias equipas serão convertidas em segundos, correspondendo cada ponto a uma diferença de 0,5 segundos;
- g)** A prova de estafeta realizar-se-á com uma partida diferenciada tendo como referência a diferença de pontos entre a primeira e as restantes equipas e a respetiva conversão para segundos. Partirá em 1.º lugar a equipa com mais pontos, depois a 2.ª e assim sucessivamente. Para simplificar o processo das partidas, a diferença de tempo será sempre arredondada para o segundo seguinte. Por exemplo, caso a diferença pontual entre duas equipas seja de 3 pontos, que corresponde a uma diferença de 1,5 segundos, a diferença na partida será de 2 segundos. A partida será feita sem blocos nas pistas 1 e 2, passando os atletas do segundo percurso para a corda após a *recepção do testemunho*. As zonas de transmissão corresponderão às da estafeta 4x100 metros;
- h)** A classificação coletiva final da competição corresponderá à classificação da estafeta.

13. Prémios

Os prémios relativos ao Campeonato Nacional serão distribuídos no local de competição, conforme indicado abaixo:

- Troféu para as 3 (três) primeiras equipas de cada género;
- Medalhas para os elementos constituintes das 3 (três) primeiras equipas;
- Medalhas para os 3 primeiros classificados de cada prova individual.

14. Casos omissos

Os casos omissos, não considerados neste documento e nos documentos orientadores de cada modalidade, serão analisados pela organização com base no Regulamento de Provas e Competições do Desporto Escolar 2025/2026 e no Regulamento Específico de cada modalidade.

A comissão executiva decidirá em conformidade e da sua decisão não caberá recurso.