



REGULAMENTO GERAL

JOGOS JUVENIS DE GAIA 2026



Índice

SECÇÃO I. NORMAS GERAIS	4
Art. 1 – Jogos Juvenis de Gaia (JJG).....	4
Art. 2 – Organização.....	4
Art. 3 – Autarca e dinamizador de freguesia	6
Art. 4 – Faixa etária	7
Art. 5 – Modalidades.....	8
Art. 6 – Condições de participação	9
Art. 7 – Inscrições.....	10
1. 1.ª Fase (até 2 de abril de 2026):.....	10
2. 2.ª Fase (até 10 de abril de 2026):.....	10
Art. 8 - Desenvolvimento da Competição.....	11
1. Fase de Freguesia.....	11
2. Fase de Concelhia/Cerimónia de encerramento	11
Art. 9 – Fase de Concelhia.....	12
1. Pontualidade.....	12
2. Equipamento.....	12
3. Bola	13
4. Zona de bancos	13
5. Adiamento / Cancelamento das competições	13
Art. 10 - Reclamações e ações disciplinares	14
SECÇÃO II. - REGULAMENTO DE COMPETIÇÃO	15
Art. 11 – Pontuação	15
Art. 12 – Empates	17
Art. 13 - Tempos de jogo	17
Art. 14 – Atletas	18
Art. 15 - Calendário e classificações	19
Art. 16 - Árbitros	19
SECÇÃO III. - REGULAMENTO DE PRÉMIOS	20
Art. 17 – Medalhas, Medalhões e Troféus.....	20
SECÇÃO IV. - TROFÉU FAIR PLAY.....	20
Art. 18 – Troféu fair-play	20

SECÇÃO V. - REGULAMENTO DE SANÇÕES	21
Art. 19 - Normas gerais de sanções	21
Art. 20 – Casos omissos	21
ANEXO I. – ANDEBOL 5.....	24
ANEXO II. – ATLETISMO.....	28
ANEXO III. – BADMINTON	32
ANEXO IV. – BASQUETEBOL.....	36
ANEXO V. – DANÇA.....	44
ANEXO VI. – DESPORTO ADAPTADO.....	51
ANEXO VII. – FUTEBOL 5	55
ANEXO VIII. - FUTEBOL 7.....	60
ANEXO IX. - GINÁSTICA	65
ANEXO X. - NATAÇÃO	73
ANEXO XI. - TÊNIS DE MESA	81
ANEXO XII. - VOLEIBOL	85
ANEXO XIII. - XADREZ	95

SECÇÃO I. NORMAS GERAIS

Art. 1 – Jogos Juvenis de Gaia (JJG)

Os **Jogos Juvenis de Gaia**, doravante designados por **JJG**, fazem parte do projeto de promoção e desenvolvimento desportivo do Concelho de Vila Nova de Gaia, da competência e responsabilidade da Câmara Municipal de Gaia e das Juntas de Freguesia/União das Freguesias, que promovem a sua realização.

A implementação deste projeto depende de parcerias nomeadamente da colaboração das Juntas de Freguesia que o irão dinamizar no seu espaço de intervenção, podendo estas estabelecer parcerias com escolas públicas e privadas, associações/clubes e coletividades, com o intuito de envolver o maior número de crianças e jovens nas faixas etárias à frente definidas, bem como encontrar a melhor equipa em cada uma das modalidades destes JJG 2026.

Os JJG 2026 decorrerão no Concelho de Vila Nova de Gaia de fevereiro a maio de 2026, em duas fases:

- Fase de freguesia: de fevereiro a abril 2026;
- Fase de concelhia: de maio a junho 2026.

Art. 2 – Organização

A organização deste projeto desportivo é da responsabilidade da Câmara Municipal de Gaia, sobre a qual recaem as responsabilidades de organização/decisão/avaliação sobre todo e qualquer acontecimento no decurso do projeto.

Para o efeito entende esta que deverá ser criada uma comissão organizadora, uma comissão técnica e uma comissão de acompanhamento, conforme passamos a descrever:

1. Comissão organizadora:

a) Composição

A comissão organizadora é composta pelos seguintes elementos:

- ✓ Coordenador geral;
- ✓ Coordenador executivo;
- ✓ Coordenador administrativo;
- ✓ Coordenador de secretariado;
- ✓ Coordenador das modalidades.

b) Competências:

- ✓ Organização, desenvolvimento e promoção dos JJG;
- ✓ Nomeação da comissão técnica;
- ✓ Supervisão do evento;
- ✓ Resolução de todos os casos omissos no regulamento, ouvida a comissão técnica;
- ✓ Apreciar os recursos das decisões apresentadas pela comissão técnica.

2. Comissão técnica:

a) Composição

A comissão técnica é composta pelos seguintes elementos:

- ✓ Coordenador geral dos JJG;
- ✓ Coordenador executivo dos JJG;
- ✓ Cada um dos coordenadores das 12 modalidades.

b) Competências:

- ✓ É o órgão responsável por colaborar com a comissão organizadora na organização, desenvolvimento e promoção dos JJG, responsável igualmente pela aplicação do regulamento e das sanções.

c) Funcionamento:

Durante a fase concelhia a comissão técnica reúne após as jornadas;

- ✓ As decisões da comissão técnica baseiam-se nos dados contidos nas fichas/boletins de jogo e no relatório do coordenador de modalidade.

Contudo, a comissão organizadora, através do coordenador geral, poderá apresentar relatórios informativos sobre os fatos ocorridos em cada jornada ou mesmo protestos remetidos pelas freguesias participantes;

- ✓ O dinamizador da freguesia poderá solicitar, com a antecedência mínima de 24 horas, a presença de um membro da comissão técnica nos jogos de uma determinada modalidade;
- ✓ As decisões da comissão técnica devem ser tomadas antes da jornada seguinte;
- ✓ As reclamações apresentadas pelo dinamizador da freguesia serão decididas pela comissão técnica.

3. Comissão de acompanhamento:

a) Composição

A comissão de acompanhamento é composta pelos seguintes elementos:

- ✓ 3 elementos da comissão organizadora;
- ✓ 3 elementos da comissão técnica;

b) Competências:

- ✓ Acompanhar todo o processo da fase concelhia;
- ✓ Propor melhorias ao projeto em função da experiência no acompanhamento dos jogos;
- ✓ Elaboração de um relatório final.

Art. 3 – Autarca e dinamizador(a) de freguesia

Todas as freguesias para se poderem inscrever nos JJG 2026, deverão designar **um(a) autarca responsável e um(a) dinamizador(a)** de freguesia, devendo igualmente após inscrição da freguesia nas modalidades indicar os treinadores das respetivas equipas.

Os dinamizadores de freguesia devem ser maiores de 18 anos, sendo este o representante legal da comitiva perante a organização dos JJG 2026, com os direitos e obrigações que tal representação lhe confere. São ainda suas funções:

- a) Zelar pela ordem e bom comportamento das equipas da freguesia/união das freguesias, em todo o momento desde o início até ao final dos jogos, colaborando com a organização em tudo o que lhe seja solicitado;
- b) Apresentar o BI/CC dos participantes à organização quando necessário;
- c) Zelar pelo bom funcionamento e desenvolvimento das modalidades;
- d) Dirigir-se à organização e/ou comissão técnica para apresentar sugestões, reclamações ou interpor recursos em defesa dos interesses das suas equipas;
- e) Assistir às reuniões para as quais for convocado.

São funções do autarca responsável:

- a) Organizar e coordenar a sua comitiva, em todo o momento desde o início até ao final dos jogos, colaborando com a organização em tudo o que lhe seja solicitado;
- b) Assistir às reuniões para as quais foi convocado;
- c) Ser um dos principais impulsionadores na divulgação dos JJG.

Art. 4 – Faixa etária

São elegíveis para inscrição nos JJG 2026, os atletas nascidos entre 2010 e 2019, em função da modalidade desportiva da tabela no artigo 5º.

Art. 5 – Modalidades

Nos **JJG 2026**, realizar-se-ão competições nas seguintes modalidades/escalões/género:

MODALIDADES	Género	Escalões (nascidos entre)	Inscritos	
			N.º Mínimo	N.º Máximo
Andebol 5	Sem diferenciação de género	2014 a 2017	5	12
Atletismo	Masculino	2016 a 2018	1	10
		2014 a 2015	1	10
	Feminino	2016 a 2018	1	10
		2014 a 2015	1	10
Misto	Competição coletiva			
Badminton	Sem diferenciação de género	2012 a 2014	1	8
		2015 a 2016		
Basquetebol	Sem diferenciação de género	2014 a 2017	6	12
Dança	Sem diferenciação de género	2012 a 2019	5	20
Desporto Adaptado	Masculino	Sub12 (2014 a 2018) sub16 (2010 a 2013)		
	Feminino	Sub12 (2014 a 2018) sub16 (2010 a 2013)		
Futebol 5	Sem diferenciação de género	2016 a 2019	5	10
Futebol 7	Sem diferenciação de género	2014 a 2015	7	14
Ginástica	Sem diferenciação de género	2017 a 2019	1	12
		2014 a 2016	1	12
Natação	Masculino	2016 - 2018	1	5
		2014 - 2015	1	5
	Feminino	2016 - 2018	1	5
		2014 - 2015	1	5
Ténis de Mesa	Masculino	2016 a 2018	2	8
		2014 a 2015	2	8
	Feminino	2016 a 2018	2	8
		2014 a 2015	2	8
Voleibol	Sem diferenciação de género	2012 a 2015	3	6
Xadrez	Sem diferenciação de género	2014 a 2018	1	12

Tabela 1: Modalidades e escalões

Para além dos atletas cada equipa pode ser constituída por:

Treinador	1
Treinador-adjunto	1
Delegado de equipa	1
Fisioterapeuta/Massagista	1

Tabela 2: Staff técnico

Todos os elementos da equipa devem estar devidamente acreditados.

Art. 6 – Condições de participação

Poderão participar na fase de concelhia, todas as freguesias, desde que reúnam as seguintes condições:

- a) **Apresentação da documentação exigida e inscrição nos prazos, moldes e condições estabelecidos pela comissão organizadora;**
- b) **O atleta inscrito tem de residir obrigatoriamente no Concelho de Vila Nova de Gaia.**
- c) **O atleta que pretenda participar por uma freguesia que não a sua freguesia de residência, apenas pode ser inscrito por outra freguesia desde que, tenha documento escrito de permissão, por parte da freguesia da sua residência.**

É da responsabilidade da junta que pretenda inscrever um atleta residente numa outra freguesia, comunicar a sua pretensão à freguesia da residência oficial do atleta.

- d) Cada freguesia poderá participar no máximo, com uma equipa por cada uma das modalidades desportivas e em cada um dos escalões/género;
- e) **Os atletas não podem ser federados, nem estar inscritos em outra competição regular organizada pela federação ou associação da modalidade, com exceção dos atletas do desporto adaptado.**

Art. 7 – Inscrições

Teremos duas fases distintas de inscrições:

1. **1ª Fase - INSCRIÇÕES DE MODALIDADES: até 2 de abril de 2026**

No período acima mencionado será disponibilizado um formulário de inscrição geral, onde mencionam as modalidades nas quais têm equipa ou atletas para representar a freguesia.

2. **2ª Fase - INSCRIÇÕES DE ATLETAS: até 10 de abril de 2026**

- a) Até à referida data, têm de realizar as inscrições de todos os atletas e staff na plataforma de inscrições dos JJG, sendo da inteira responsabilidade da junta de freguesia a confirmação dos dados inseridos;
- b) A alteração das mesmas só será possível até 4 dias antes da 1ª jornada;
- c) **Cada atleta poderá participar em 2 modalidades desportivas de competição, desde que a participação seja numa modalidade de âmbito individual e noutra de âmbito coletivo, podendo ainda participar na modalidade experimental de Dança; assim o calendário e o horário dos quadros competitivos de cada modalidade, permitam a sua participação**

Nota:

- a) Não será permitida a inscrição de participantes, que não cumpram os requisitos estabelecidos pela organização;
- b) A organização poderá solicitar aos participantes, em qualquer momento, a apresentação de documentos originais com a finalidade de comprovar a veracidade dos dados fornecidos para as inscrições;
- c) Não serão aceites inscrições fora do prazo indicado;
- d) A inscrição nos JJG 2026 concede aos participantes os seguintes direitos: uso das instalações desportivas para disputar os jogos marcados, durante os dias em que decorra a competição, informação constante sobre o desenrolar das competições e cobertura dos riscos de acidentes, através de uma apólice de seguro de acidentes pessoais feita pela Câmara Municipal de Gaia, cuja cobertura abrange

as situações de acidentes com os atletas e demais intervenientes, ocorridos nos JJG 2026;

- e) Todos os atletas/treinadores devem juntar à ficha de jogo a sua credencial de participante em perfeito estado de conservação. Excepcionalmente, o atleta poderá participar mediante a apresentação do bilhete de identidade ou cartão de cidadão, em cujo caso se solicitará ao árbitro que especifique na ficha de jogo essa circunstância e o número do documento apresentado.

Art. 8 - Desenvolvimento da Competição

Este projeto desportivo desenrola-se em duas fases distintas que passamos a descrever.

1. Fase de freguesia

Esta fase é da responsabilidade das juntas de freguesia e deverá desenrolar-se nos meses de fevereiro, março, abril, sendo que este período poderá ser alterado de acordo com a disponibilidade da junta de freguesia.

Sugerimos ainda que as freguesias estabeleçam parcerias com as escolas públicas e privadas, coletividades, clubes e associações da sua freguesia, de forma a tentarem alcançar o maior número possível de crianças e jovens que durante esta fase conviverão e praticarão desporto cumprindo os calendários competitivos organizados pela freguesia.

É importante que nesta fase sejam realizados o maior número possível de competições nas modalidades dos JJG, cumprindo o regulamento dos JJG em vigor de cada uma das modalidades.

2. Fase concelhia/Cerimónia de encerramento

A organização da fase concelhia será da responsabilidade da comissão organizadora que disponibilizará sempre que necessário os seguintes meios:

- ✓ Seguro de acidentes pessoais de todos os atletas e demais elementos participantes;
- ✓ Água;

a. Locais

- ✓ Equipamentos desportivos municipais e outros.

Nota: No caso de jornada adicional, serão designados novos locais.

b. Datas das jornadas e da cerimónia de encerramento

- ✓ Jornadas nos dias – **2, 9, 16 e 23 de maio**
- ✓ Cerimónia de encerramento e entrega de prémios – **6 junho**

Art. 9 – Fase concelhia

1. Pontualidade

- As equipas com o seu treinador devem-se apresentar 15 minutos antes da hora definida para o início da competição, na instalação desportiva onde tenha lugar. Ainda assim, o horário de apresentação nas instalações desportivas poderá variar consoante a modalidade.
- São estabelecidos 5 minutos de tolerância, a partir da hora fixada para o início da competição. Uma vez ultrapassado o prazo de tolerância, o árbitro fechará a ficha de jogo e registará como “falta de comparência” à equipa ou equipas que não se apresentem. Nas provas de atletismo, depois do prazo de tolerância é dado o início à competição;
- A ficha de jogo (com indicação do nome dos atletas/treinadores) e as respetivas credenciais devem ser entregues antes do início da partida, não podendo em caso algum iniciar a competição sem eles.

2. Equipamento

- Os atletas de cada equipa deverão utilizar camisola da mesma cor;
- No caso das modalidades coletivas, deverá ter nas costas da camisola um número distinto para cada jogador, perfeitamente visível e estampado na camisola;
- O calçado deverá ser o adequado a cada uma das modalidades, não sendo permitido o uso de chuteiras de pitons de alumínio na modalidade de futebol, nem o uso de sapatilhas de bicos no atletismo;

- d) Caso as camisolas das duas equipas sejam iguais ou puderem gerar confusão, o árbitro obrigará a equipa que figura em segundo lugar no calendário dos jogos a troca de camisola. Contudo, a comissão organizadora disponibilizará dois conjuntos de coletes numerados;
- e) Não é autorizado o uso de equipamentos com quaisquer slogans, imagens, marcas, logotipos ou referências a clubes, associações, coletividades, academias ou outras entidades desportivas. Nos equipamentos apenas é autorizada a colocação do brasão ou a imagem da Junta de Freguesia que o (a) atleta representa e a marca ou logotipo do fabricante do equipamento;
- f) Qualquer incumprimento ao estipulado será registado na ficha de jogo pelo árbitro da partida para efeitos disciplinares previstos no regulamento de sanções.

3. Bola

A comissão organizadora disponibilizará as bolas regulamentares para o desenvolvimento dos jogos no desenrolar da fase concelhia.

4. Zona de bancos

- a) No banco de suplentes de cada equipa, só poderão estar presentes durante o decorrer da competição as pessoas mencionadas nas fichas de jogo: delegado, treinador, treinador-adjunto, massagista e jogadores suplentes;
- b) É igualmente proibida a permanência no banco de pessoas sancionadas pela comissão organizadora. No caso do incumprimento desta obrigação, o árbitro deverá registar na ficha de jogo tal acontecimento e essa freguesia/união das freguesias será sancionada.

5. Adiamento / Cancelamento das competições

- a) O adiamento das competições, por incidências que possam ocorrer na organização e desenvolvimento das competições, será sempre excecional e por causa justificada;

- b) A comissão organizadora poderá autorizar ou não o adiamento dessas competições, sempre que aconteçam situações de força maior.
- c) Será obrigatório jogar os encontros adiados no dia, hora e local, determinados e comunicados pela comissão organizadora.
- d) A comissão organizadora reserva-se ao direito de cancelar jornadas de determinada modalidade, devido a condições climatéricas, por não estarem reunidas as questões de segurança para o desenvolvimento das competições, por indisponibilidade de instalações desportivas e por outros motivos de força maior ou omissos no presente regulamento.

Art. 10 - Reclamações e ações disciplinares

1. Reclamações

- a) As equipas, exclusivamente, através do dinamizador de freguesia, poderão apresentar à comissão técnica as reclamações que considerem oportunas, em defesa dos seus interesses;
- b) As reclamações deverão ser apresentadas por escrito, devidamente justificadas, junto com os dados e provas oportunas para o maior conhecimento dos factos e deverá ser assinada pelo dinamizador e autarca responsável da freguesia;
- c) Em nenhum caso se farão e aceitarão juízos de valor ou apreciação sobre os árbitros, juízes, treinadores, dinamizadores, coordenadores ou equipas adversárias;
- d) Não terão validade as reclamações realizadas de forma verbal, nem serão aceites reclamações de pessoas externas aos JJG.
- e) **As reclamações por escrito deverão ser entregues num prazo máximo de 15 minutos, após a conclusão da competição/jogo/prova, onde se cometeu a infração ou os atos causadores de prejuízo dos quais se reclama;**
- f) Decorrido este prazo, a comissão técnica não aceitará mais reclamações.

2. Recursos

Deverão ser apresentados por escrito, devidamente fundamentados, **no prazo máximo de 1 hora após a decisão da comissão técnica.**

3. Ações disciplinares

Todo o atleta e todos os agentes desportivos inscritos poderão ser objeto de sanção disciplinar por qualquer comportamento incorreto ou abusivo no decurso dos JJG, mesmo que não estejam a competir na modalidade para a qual estejam inscritos.

SECÇÃO II. - REGULAMENTO DE COMPETIÇÃO

Os regulamentos aplicados nos JJG 2026, são os estabelecidos pelas federações de modalidade respetivas, **com as alterações mencionadas nos regulamentos específicos de cada modalidade, em todos os seus pontos e alíneas (ver anexos do presente regulamento).**

A organização reserva-se o direito de adequar, pontualmente, qualquer regulamento com o objetivo de os enquadrar nos Jogos Juvenis de Gaia.

Art. 11 – Pontuação

1. O sistema de pontuação nos desportos coletivos, com exceção do basquetebol e do voleibol, é o seguinte:

Vitória	3
Empate	2
Derrota	1
Falta comparência	0

Tabela 3 – Sistema de pontuação desportos coletivos

Vitória	2
Derrota	1
Falta comparência	0

Tabela 4 – Sistema de pontuação do basquetebol e voleibol

2. No Atletismo

- a) O sistema de classificação processa-se para que seja atribuído um ponto ao primeiro classificado, dois pontos ao segundo, três ao terceiro e assim sucessivamente;
- b) As classificações individuais serão feitas em separado para masculinos e femininos. As classificações coletivas serão mistas;
- c) A pontuação individual será obtida pela menor pontuação no conjunto das quatro provas, com exceção da estafeta e da corrida de resistência;
- d) A pontuação coletiva será obtida pela soma da prova de estafetas com a prova de resistência. A freguesia que obtiver menor número de pontos será a vencedora. Em caso de empate, será a classificação na prova de resistência que determinará o vencedor;
- e) Para a classificação individual final, **os atletas terão de participar, obrigatoriamente, nas jornadas que a organização definir realizar.**

3. Na Ginástica

- a) O sistema de classificação processa-se para que seja atribuído um ponto ao primeiro classificado, dois pontos ao segundo, três ao terceiro e assim sucessivamente;
- b) As classificações individuais e coletivas serão feitas para ambos os escalões independentemente do género, sendo contabilizadas para esse efeito as **3 melhores notas.**
- c) A pontuação coletiva de cada freguesia/união das freguesias será obtida, somando o número de pontos correspondentes aos três primeiros atletas de cada freguesia. Em caso de empate, o desempate será resolvido a favor da freguesia cujo terceiro elemento termine mais próximo do primeiro lugar;
- d) A freguesia vencedora será aquela que no conjunto das provas obtiver menor número de pontos;
- e) A desistência ou a não comparência de qualquer atleta será penalizada com uma pontuação correspondente ao número total de atletas chegados, mais

um. (Esta alínea é aplicada a todas as freguesias que não cheguem ao fim das provas com os três atletas a pontuar para a referida freguesia.

Art. 12 – Empates

1. Nas competições onde se realizem fases pelo sistema de todos contra todos e na classificação final existam duas ou mais equipas empatadas, a classificação será ordenada **primeiro de acordo com os critérios do regulamento específico de cada modalidade e só depois de acordo com os seguintes critérios:**
 - a) Pelo número de golos/pontos obtidos nos jogos entre si;
 - b) Pela diferença de golos/pontos marcados e sofridos nos jogos entre as equipas empatadas;
 - c) Pela diferença de golos/pontos marcados e sofridos entre todas as equipas;
 - d) Pelo maior número de golos/pontos marcados na respetiva fase de concelhia;
 - e) Pelo quociente de golos/pontos marcados e sofridos entre as equipas (maior quociente).
2. No caso de não ser possível desfazer a igualdade pontual, será considerado vencedor a equipa com menor número de golos/pontos sofridos no conjunto de todos os jogos efetuados. Se ainda não for possível, será o maior número de golos/pontos marcados no conjunto de todos os jogos efetuados;
3. Quando o desempate se faz entre mais de duas (2) equipas as alíneas do corpo do artigo aplicam-se sucessivamente. Exemplo: No caso de três (3) equipas empatadas, se uma desempata na alínea b) as outras continuam o processo aplicando a alínea c) e seguintes, se for caso disso, não se voltando atrás.

Art. 13 - Tempos de jogo

Modalidades	Tempo
Andebol 5	2 x 10'
Basquetebol	6 períodos x 6'
Futebol 5 e 7	2 x 12'

Tabela 5 - Tempos de jogo

- a) Em cada jogo haverá um intervalo, de acordo com o definido no regulamento específico de cada modalidade;
- b) O tempo de jogo poderá ser alterado em virtude do número de equipas, da ocupação das instalações ou por causas alheias à organização.

Art. 14 – Atletas

- 1) **Cada atleta poderá participar em 2 modalidades desportivas de competição, desde que a participação seja numa modalidade de âmbito individual e noutra de âmbito coletivo, podendo ainda participar na modalidade experimental de Dança; assim o calendário e o horário dos quadros competitivos de cada modalidade, permitam a sua participação.**
- 2) Não poderá participar um atleta que não tenha sido inscrito de acordo com data de nascimento regulamentar e correspondente;
- 3) A organização poderá não aceitar, antes do início da competição, a inclusão de jogadores que não estejam devidamente inscritos, sempre que não se tenham preenchido todas as fichas e o motivo seja relevante;
- 4) Todos os jogadores deverão entregar a credencial de atleta dos JJG devidamente preenchida e em bom estado de conservação. Excecionalmente, poderá participar mediante a apresentação do bilhete de identidade ou cartão de cidadão, neste caso será solicitado ao árbitro que mencione na ficha de jogo esta circunstância e o número do documento apresentado;
- 5) Qualquer atleta inscrito poderá ser sancionado em qualquer ação organizada pelo JJG 2026, quando o seu comportamento não seja correto, ainda que não esteja a competir na modalidade em que está inscrito(a);
- 6) **Os atletas não podem estar federados na modalidade em que estão inscritos e participam nos JJG;**
- 7) Podem ser inscritos atletas do desporto adaptado em todas as modalidades, porém apenas nas modalidades de atletismo e natação poderá haver provas específicas a eles destinadas.

Art. 15 - Calendário e classificações

O calendário de cada jornada e as classificações atualizadas, serão publicitadas e comunicadas a cada junta de freguesia, bem como outras informações consideradas relevantes ao referido projeto.

Na primeira reunião com as freguesias, após terminado a fase de inscrições nas modalidades, será efetuado o sorteio de cada uma das modalidades que assim o exigam, sendo apresentados de seguida os referidos quadros competitivos.

Art. 16 - Árbitros

Os árbitros, como autoridade máxima técnica e disciplinar e os juizes dos jogos ou provas, deverão dar o exemplo aos participantes a todo o momento, especialmente em matéria de comportamento e conduta pessoal, respeito pelas regras e pelos demais participantes e pontualidade.

Os árbitros/juizes deverão fazer constar da respetiva ficha todas as ocorrências das competições, no que diz respeito a:

- ✓ Pontualidade das equipas;
- ✓ Fichas de inscrição dos jogadores, dos treinadores, massagista e delegado;
- ✓ Equipamento dos jogadores;
- ✓ Condutas ou reações antidesportivas no campo de jogo ou nos bancos de suplentes.

Os árbitros/cronometristas/juizes e os elementos da mesa serão nomeados pela comissão técnica.

SECÇÃO III. - REGULAMENTO DE PRÉMIOS

Art. 17 – Medalhas, Medalhões e Troféus

1. Medalhas e medalhões:

- a) **Desportos coletivos:** serão entregues medalhões a todos os elementos que compõem as equipas classificadas nos três primeiros lugares, em cada uma das modalidades coletivas;
- b) **Desportos individuais:** serão entregues medalhões aos vencedores dos três primeiros lugares de cada uma das provas individuais;
- c) **Todos os atletas, treinadores e dinamizadores inscritos na fase de concelhia receberão uma medalha de participação.**

2. Troféus:

- a) **As três melhores equipas** classificadas nas modalidades em cada categoria e escalão receberão um troféu;
- b) **Todas as freguesias participantes na fase de concelhia receberão um troféu de participação.**

SECÇÃO IV. - TROFÉU FAIR-PLAY

Art. 18 – Troféu fair-play

Porque o mais importante é participar, incentivar estilos de vida saudável, respeitar as regras e os demais intervenientes, através da prática desportiva e convívios marcantes, **será entregue o troféu fair-play por modalidade** à freguesia/união das freguesias que se destacar com base no seu comportamento, no respeito pelas regras e demais intervenientes, em cada uma das modalidades de competição dos JJG 2026.

SECÇÃO V. - REGULAMENTO DE SANÇÕES

Art. 19 - Normas gerais de sanções

As sanções terão o carácter corretivo e educativo que fomentem boas condutas e espírito desportivo, que devem reinar nos JJG.

1. As sanções de suspensão superiores a 50% dos encontros a disputar, levarão ao impedimento para participar em qualquer ato desportivo organizado pelos JJG 2026;
2. Quando um atleta, treinador ou delegado seja expulso ou conste na ficha de jogo com uma falta que leve à desqualificação, o árbitro reterá o seu cartão e terá de se considerar suspenso para os encontros seguintes, mesmo que não tenha sido publicada a sanção por parte da comissão técnica. A sua participação num encontro, estando nesta situação, será considerada participação indevida;
3. A comissão técnica fica autorizada a julgar e sancionar, assente na base do princípio de analogia, para os casos que não estão expressamente determinados no presente regulamento.

Art. 20 – Casos omissos

Todos os casos omissos ao presente regulamento serão resolvidos pela comissão organizadora, ouvida a comissão técnica.

A Comissão Organizadora dos JJG, reserva-se ao direito de em defesa dos superiores interesses do desenvolvimento dos quadros competitivos das diferentes modalidades dos JJG, poder ajustar o modelo/sistema da competição em articulação com o coordenador de cada modalidade e com o acordo unânime das juntas com atletas inscritos nas provas/jogos/competições das modalidades em causa, até ao início da competição da fase concelhia.

ANEXOS. - REGULAMENTO DAS MODALIDADES DESPORTIVAS

Anexo I – Andebol 5

Anexo II – Atletismo

Anexo III – Badminton

Anexo IV – Basquetebol

Anexo V – Dança

Anexo VI – Desporto Adaptado

Anexo VII - Futebol 5

Anexo VIII - Futebol 7

Anexo IX – Ginástica

Anexo X – Natação

Anexo XI – Ténis de Mesa

Anexo XII – Voleibol

Anexo XIII – Xadrez

ANDEBOL 5

ANEXO I. – ANDEBOL 5

Âmbito de aplicação

1. O presente regulamento aplica-se a todas as competições de Andebol 5 misto, realizadas no âmbito dos JJG em conformidade com o regulamento geral.
2. Nestas competições só podem participar jovens residentes no Município de Vila Nova de Gaia, nascidos entre **2014 e 2017**;
3. É da responsabilidade das juntas de freguesia o controlo das idades regulamentares.
4. Na fase concelhia cada freguesia poderá inscrever até **12 atletas**.

Modelo competitivo

O quadro competitivo está condicionado ao número de freguesias participantes.

Tempo de jogo

Os jogos terão a duração de **20 minutos** divididos em duas partes de **10 minutos** com um intervalo de 3 minutos.

Sistema de classificação

Vitória	3
Empate	2
Derrota	1
Falta comparência	0

Tabela 7 – Sistema pontuação

Desempates classificativos

Em caso de empate de pontos, o desempate será feito:

- a) Pelo número de pontos obtidos nos jogos entre si;
- b) Pela diferença de golos marcados e sofridos entre as equipas empatadas;
- c) Pela diferença de golos marcados e sofridos entre todas as equipas;
- d) Pelo menor número de golos sofridos na respetiva fase de cada campeonato;
- e) Pelo maior número de golos marcados na respetiva fase de cada campeonato;
- f) Pelo quociente de golos marcados e sofridos entre as equipas (maior quociente).

No caso da aplicação da alínea f) será sempre considerada a soma total dos golos marcados e sofridos. No caso de não ser possível desfazer a igualdade pontual, será considerada vencedora a equipa com menor número de golos sofridos no conjunto de todos os jogos efetuados. Se ainda não for possível, será o maior número de golos marcados no conjunto de todos os jogos efetuados.

Quando o desempate se faz entre mais de duas (2) equipas, as alíneas do corpo do artigo aplicam-se sucessivamente.

Exemplo: No caso de três (3) equipas empatadas, se uma desempata na alínea b) as outras continuam o processo aplicando a alínea c) e seguintes, se for caso disso, não se voltando atrás.

Regras da modalidade

Os Jogos Juvenis de Gaia na modalidade de Andebol de 5, disputar-se-ão segundo as regras adaptadas da Federação de Andebol de Portugal.

Regra 1

- a) As equipas serão constituídas até 12 jogadores.
- b) Deverão estar presentes no jogo sempre 5 elementos, as equipas podem ser compostas por elementos do género masculino e/ou feminino.**
- c) No incumprimento da alínea b), a equipa em causa poderá jogar em inferioridade numérica e ser-lhe-á averbada derrota.**

As equipas apenas poderão utilizar dois sistemas defensivos:

1. O sistema defesa individual (H:H) na primeira parte do jogo, com advertência e exclusão ao atleta infrator ou ao capitão de equipa, no caso de ser a equipa infratora. Na infração sistemática desqualifica-se os (as) jogadores (as) prevaricadores (as) e, em caso extremo, com suspensão de jogo e aplicação de derrota à equipa infratora.
2. Na segunda parte do jogo, pode utilizar um Sistema defensivo ZONAL livre com os 4 jogadores de campo. Entende-se como livre qualquer sistema defensivo mais aberto ou

mais fechado em linhas (exceto o indicado na regra 3). Pode continuar a utilizar a defesa individual na 2ª parte.

Regra 2

1. O rigor da aplicação da regra em particular no respeitante a agarrar, empurrar e utilizar qualquer tipo de violência para impedir o adversário de progredir ou atuar, deverá ter substituição pedagógica.
2. O prevaricador(a) deve ser punido aplicando-se o estipulado no referente às advertências verbais e como sanções progressivas, a substituição pedagógica.
3. O/A atleta à terceira Substituição Pedagógica, não poderá regressar ao jogo.
4. Não se aplica a pena de expulsão, mas sim de desqualificação neste escalão, que pode ser utilizada de imediato para faltas graves, que se mencionarão no boletim de jogo.

Regra 3

Não são permitidas as defesas mistas (ou seja: não é permitido a utilização de marcação individual a qualquer jogador (a) quando o resto da equipa se mantiver num sistema defensivo e zona).

Regra 4

O campo de jogo deve ser adaptado – Numa primeira hipótese pode-se centrar o campo de Andebol 5 no centro de um campo normal de andebol, reduzindo o jogo às linhas do campo de basquetebol, adaptando-se nestes as áreas, ou marcando-se com raio de 5 metros em arco ou não.

CASOS OMISSOS

Todos os casos não contemplados do presente regulamento serão analisados e resolvidos pela comissão organizadora.

ATLETISMO

ANEXO II. – ATLETISMO

Âmbito de aplicação

O presente regulamento específico aplica-se a todos os jovens inscritos na modalidade de atletismo nos Jogos Juvenis de Gaia e em conformidade com o regulamento geral.

Nota prévia: O programa abaixo apresentado tem por base o circuito de atletismo de pavilhão da Associação de Atletismo do Porto. O desenvolvimento deste projeto vem enfatizar a aprendizagem do atletismo em idades jovens através de atividades de carácter lúdico, sem renunciar aos objetivos da educação, objetivando o treino e a formação atlética multilateral, contrariando as frequentes repetições de provas e de movimentos muito específicos e tecnicistas da modalidade.

Regulamento Geral do Circuito

1. Nas competições dos Jogos Juvenis de Gaia na modalidade de atletismo poderão participar atletas nascidos entre 2014 e 2018, que serão agrupados da seguinte forma:

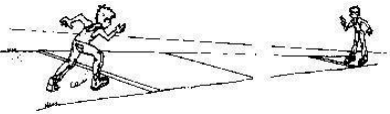

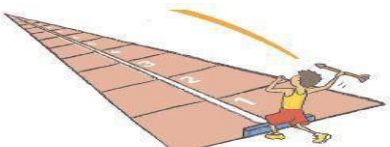
MODALIDADE	GÉNERO	Escalões (nascidos entre)
Atletismo	Masculino	2016 a 2018 / Sub 10
		2014 a 2015 / Sub 12
	Feminino	2016 a 2018 / Sub 10
		2014 a 2015 / Sub 12

Tabela 8 – Escalões por género

2. Cada atleta deverá participar nas seguintes disciplinas: lançamento do foguetão, pentasalto, corrida de 50 mts para o escalão de 2016/2018 e 60 mts para o escalão 2014/2015, corrida de barreiras (40 mts para o escalão 2016/2018 com 3 obstáculos e 50 mts para o escalão 2014/2015 com 4 obstáculos), podendo participar igualmente na estafeta e na corrida de resistência;
3. Na estafeta têm de participar, obrigatoriamente, três atletas femininos e três atletas masculinos;

4. **A classificação final coletiva** será efetuada através do somatório dos pontos conseguidos pelo primeiro atleta de cada freguesia nos 4 escalões, mais a soma da prova de estafeta e prova de resistência;
5. Para a classificação individual, serão atribuídos 1 ponto ao primeiro classificado de cada prova, 2 ao segundo e assim sucessivamente;
6. Será considerado vencedor individual do escalão/género o atleta que tenha obtido o menor número de pontos do somatório dos pontos obtidos em cada prova em que participou; em caso de eventual empate, é vencedor quem obteve o melhor lugar da classificação parcial de cada uma das provas [1.º critério - mais primeiros lugares; 2º critério – mais segundos lugares (quando nenhum dos atletas obteve um 1.º lugar), e assim sucessivamente];

Descrição dos exercícios

PROVA	DESCRIÇÃO
<p>50m (Sub-10) / 60m (Sub12)</p> 	<p>Quem demora menos tempo a correr 50 / 60 metros?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coloca-te atrás da linha de partida. • Parte após o sinal de partida e tenta percorrer os 50 / 60 metros no menor tempo possível. • Tens 1 tentativa.
<p>Pentasalto</p> 	<p>Quem chega mais longe em 5 saltos?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Coloca-te de pé, com os pés paralelos, atrás de uma linha de saída marcada no solo. • Tenta chegar o mais à frente possível, em cinco saltos, colocando alternadamente os pés. • Tens 3 tentativas e conta a melhor.
<p>Lançamento do foguetão/vortex</p> 	<p>Quem consegue lançar o foguetão / vortex mais longe?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Segura o foguetão ou o vortex com uma mão. • Se lançares com a mão direita, deves colocar a perna esquerda à frente e vice-versa. • Tens 3 tentativas e conta o melhor lançamento.

<p style="text-align: center;">Barreiras</p> 	<p>Quem demora menos tempo a correr 40 metros com 3 barreiras e 50 metros com 4 barreiras em linha.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Após o sinal de partida, corre o mais rapidamente possível passando as 3 barreiras até à meta nos 40m e as 4 barreiras nos 50m. • Da partida à primeira barreira a distância será de 10m, sendo a mesma distância da última barreira à meta. <p>Cada atleta tem 1 tentativa.</p>
<p style="text-align: center;">Estafeta mista</p> 	<p>Estafeta 4x60m</p> <p>Cada equipa é formada por 4 elementos, tendo obrigatoriamente de ser constituída por 2 rapazes e 2 raparigas. Zonas de Transmissão: A transmissão do testemunho deve ocorrer dentro de uma zona de 20 metros. Diferente das provas absolutas, nos 4x60m infantis não costuma existir a "zona de aceleração" alargada, devendo o atleta que recebe o testemunho iniciar o movimento dentro da zona de transmissão.</p> <p>Vence a equipa que realizar melhor tempo.</p> <p>Cada equipa tem 1 tentativa</p>
<p style="text-align: center;">Corrida de Resistencia</p> 	<p>Corrida de resistência por equipas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Cada equipa é formada por 4 elementos, tendo obrigatoriamente de ser constituída por 2 rapazes e 2 raparigas. • Os atletas sub10, percorrerão uma distância de 600m (1 volta e meia à pista), enquanto o escalão sub12, percorrerão uma distância de 800m (2 voltas à pista). • Todos os elementos têm de terminar a corrida. • A equipa vencedora será encontrada pela soma dos lugares alcançados pelos quatro elementos.

Tabela 9 – Descrição das provas

7. Será criado um programa horário para as jornadas da fase concelhia;
8. Os atletas terão de se apresentar na câmara de chamada 20 min antes do início da sua competição e daí serão encaminhados por um elemento do staff para o respetivo local de competição. Depois de terminada a competição, os atletas serão novamente encaminhados para as bancadas;
9. Será criada uma zona de aquecimento, devidamente identificada;
10. Na pista poderão estar dois responsáveis por cada freguesia, que acompanharão os seus atletas.

BADMINTON

ANEXO III. – BADMINTON

Âmbito de aplicação

1. Todos os jogos serão disputados conforme as regras oficiais da Federação Portuguesa de Badminton, com as devidas adaptações que passamos a descrever;
2. Este regulamento específico aplica-se a todas as competições de Badminton, realizadas no âmbito dos Jogos Juvenis de Gaia, em conformidade com o estipulado no regulamento geral;
3. Nestas competições podem participar jovens residentes/estudantes no Concelho de Vila Nova de Gaia, que não sejam federados e tenham nascido nos anos de 2012 a 2016;
4. Cada freguesia poderá inscrever em cada escalão, no mínimo 1 atleta e no máximo 8.
5. A competição será efetuada em 2 jornadas, fase de grupos e fase final.
6. Os atletas inscritos serão agrupados da seguinte forma:

MODALIDADE	GÉNERO	Escalão (nascidos entre)
Badminton	Sem diferenciação de género	Escalão A 2014 a 2016
		Escalão B 2012 a 2013

Tabela 22 – Escalões de participação por género

Programa de competição

1. A competição será disputada em duas jornadas:
 - 1.1 Primeira jornada – fase de grupos;
 - 1.2 Segunda jornada – fase final (quadro competitivo/fase eliminatória).
2. Na primeira jornada, os atletas serão distribuídos aleatoriamente por grupos de 4, em sistema de todos-contra-todos, realizando cada atleta 3 jogos obrigatórios.

3. Será apurado apenas 1 atleta por freguesia para a fase final.
4. Sempre que dois ou mais atletas da mesma freguesia se encontrem em posição de apuramento, será realizado um Jogo de Apuramento da Freguesia, com o objetivo de determinar o atleta que seguirá para a fase final.
5. O Jogo de Apuramento da Freguesia será disputado, à melhor de 3 sets até 11 pontos, realizado imediatamente após a conclusão da fase de grupos, o atleta vencedor será o representante da freguesia na fase final.
6. A fase final será disputada em sistema de eliminatória simples, podendo iniciar-se nos 1/8 de final ou 1/4 de final, consoante o número de freguesias apuradas.
7. A freguesia vencedora será apurada através de uma fase final (eliminatória)
8. Apuramento do 3º lugar será feito através de um jogo, entre os jogadores que perderam nas meias-finais.

Sistema de classificação

1. Todos os jogos serão disputados em singulares, em 3 sets obrigatórios.
2. Os jogos serão realizados à melhor de 3 sets, sendo cada set jogado até aos 11 pontos, sem vantagem.
3. Para efeitos de classificação na fase de grupos, cada set ganho atribui 1 ponto ao atleta.
4. O serviço seguirá as regras gerais do badminton, sendo efetuado:
 - Do lado direito quando a pontuação do atleta é par;
 - Do lado esquerdo quando a pontuação do atleta é ímpar
 - Sempre de forma diagonal.
5. Todos os jogos serão disputados com a altura de rede regulamentar do badminton.
6. A arbitragem será assegurada pelos próprios atletas, sob supervisão da organização sempre que necessário.

Material desportivo

1. A raquete para participar nos jogos de badminton é da responsabilidade do(a) atleta e/ou da junta de freguesia que representa.
2. Os volantes a utilizar nos encontros são sintéticos e distribuídos pela organização.
3. As equipas não podem utilizar calçado que marquem os pisos desportivos.

Inclusão de Atletas com Deficiência

1. Sempre que se verifique a inscrição de atleta com deficiência, a sua participação será objeto de análise pelo Coordenador da Modalidade, com vista à sua integração na competição, assegurando condições de segurança, equidade competitiva e respeito pelos princípios do fair play.
2. O Coordenador da Modalidade poderá deliberar sobre a aplicação de medidas de adaptação, incluindo:
 - Ajustes ao regulamento técnico
 - Adequações ao formato competitivo
 - Definição de condições específicas de participação, sempre que necessário.
3. As decisões do Coordenador da Modalidade terão em conta a avaliação das capacidades funcionais do atleta, o regular desenvolvimento da competição e o princípio da igualdade de oportunidades, sem comprometer o normal funcionamento do evento.
4. As deliberações tomadas ao abrigo deste artigo são da competência exclusiva do Coordenador da Modalidade.

Casos omissos

Todos os casos omissos do presente regulamento serão resolvidos pela Comissão Organizadora e Técnica dos JJG.

BASQUETEBOL

ANEXO IV. – BASQUETEBOL

De acordo com os princípios pedagógicos adequados às diferentes características de cada etapa do crescimento e desenvolvimento dos jovens praticantes, neste caso em particular com escalões pertencentes ao Minibasquete, e sempre que logisticamente for possível adaptar as condições existentes nos recintos onde decorrem os jogos, serão adotadas as seguintes medidas no que diz respeito ao tempo de jogo:

1. SISTEMA DE JOGO

Sempre que o pavilhão o permita adaptar-se-á o espaço no sentido de disputar os jogos em sistema de 4x4.

2. TEMPO DE JOGO

O jogo disputar-se-á em 6 períodos de 6 minutos corridos (a relógio), separados por um período de descanso obrigatório de 2 minutos.

O tempo de jogo corrido é controlado pelo responsável de campo que só deve parar o cronómetro nas seguintes situações:

- a) No final de cada período;
- b) Quando um jogador se lesiona;
- c) Sempre que o amigo (árbitro) o solicita.

Não será concedido nenhum desconto de tempo às equipas em jogo.

3. EQUIPAMENTOS/DIMENSÕES DO CAMPO/TABELAS/BOLA

a) Equipamentos

Cada equipa deverá participar nos jogos com uma camisola de jogo, igual entre atletas da mesma equipa. Todas as camisolas são devidamente numeradas, podendo a numeração ser de 00 a 99.

Todas as crianças devem estar munidas de sapatilhas, calças ou calções e t-shirt para a prática desportiva.

b) Dimensões do Recinto de Jogo

Neste âmbito o recinto de jogo deverá ser uma superfície plana, retangular, livre de qualquer obstáculo.

Sempre que logisticamente for possível adaptar as condições existentes nos recintos, as dimensões do campo devem ser as seguintes:

MEDIDAS	MÍNIMO	MÁXIMO
Comprimento	18 (metros)	22 (metros)
Largura	12 (metros)	15 (metros)

Tabela 10 – Dimensões do Recinto de Jogo (jogos disputados em sistema de 4X4)

c) Tabelas - Altura

Sempre que logisticamente for possível adaptar as condições existentes nos recintos, as tabelas deverão ter as seguintes alturas:

ESCALÃO	MÍNIMO
Sub 10 /12	2,60 metros

Tabela 11 - Altura da tabela

d) Bola

Em todos os jogos utilizar-se-á a bola Tamanho 5;

4. AS EQUIPAS

- a) A indicação dos jogadores que jogarão em cada período de jogo é da responsabilidade do treinador;

- b) Em cada jogo, as equipas deverão ser compostas por um máximo de **12 atletas** e um mínimo de **6 atletas**, de ambos os géneros. Caso estejam inscritos no boletim de jogo, o 9º, 10º, 11º e 12º jogador participarão obrigatoriamente no 3º período;
- c) No caso de a equipa apresentar menos de 8 atletas, cada atleta deverá participar e descansar em pelo menos 1 período até ao final do 3º período **e, em caso algum, um atleta poderá participar em três períodos seguidos**. Os atletas que tenham que, forçosamente, atuar em 3 (três) períodos, são aqueles que no momento tenham menos pontos marcados;
- d) **Nenhum atleta poderá participar em mais do que 4 períodos em cada jogo** (exceção para uma equipa que se apresente com menos do que 6 jogadores – ao qual já lhe será averbada derrota administrativa por 20-0);
- e) Este controlo deverá ser efetuado pela Mesa, pelo treinador da equipa adversária, pelo Responsável de Campo.

5. SUBSTITUIÇÕES

Não são permitidas substituições, exceto quando:

- a) um jogador se lesiona;
- b) é desqualificado;
- c) tenha atingido a sua 5ª falta pessoal ou manifeste falta de fair-play e será substituído, sempre, pelo jogador suplente que no momento tenha menos pontos marcados.

6. POSSE DE BOLA ALTERNADA

O jogo deverá ser iniciado com a bola ao ar no círculo central, lançada na vertical pelo amigo (árbitro) entre dois oponentes. A equipa que não obtém a posse de bola no início do jogo com a bola ao ar, deverá ter direito à primeira posse de bola alternada.

A equipa com direito à posse de bola alternada deve ser indicada pela seta de posse de bola alternada (**colocada em cima da mesa**), apontada na direção do cesto de ataque da equipa que beneficia da posse de bola.

Uma situação de posse de bola alternada ocorre, quando:

- a) Um ou mais jogadores de equipas opostas têm uma ou ambas as mãos a prender a bola (bola presa);
- b) O amigo (árbitro) tem dúvidas sobre quem foi o último jogador a tocar na bola antes de ir para fora;
- c) A bola fica presa no suporte do cesto;
- d) A bola entra acidentalmente no cesto de baixo para cima;
- e) No início de todos os períodos, exceto o primeiro período.

7. FALTAS

O jogo deverá ser jogado sem que os atletas intervenientes recorram ao contacto físico como forma de controlar o adversário. Neste domínio, a intervenção dos amigos (árbitros) é fundamental para que o jogo decorra dentro da normalidade. Recomenda-se algum rigor na marcação das faltas, especialmente nos contactos verificados sobre o/a portador/a da bola. A ausência de contactos para além de promover a aprendizagem do jogo, constitui a chamada regra de ouro da modalidade.

Conforme está estabelecido nas regras, todas as faltas cometidas no ato de lançamento e ainda todas as faltas cometidas após a 4ª falta da equipa no mesmo período, deverão ser sancionadas com a realização de **um (1) lance-livre**. No entanto e considerando que o tempo de jogo é corrido e há que o rentabilizar minimizando o número de situações em que o jogo está “parado”, ficou acordado de forma unânime que:

- a) todas as faltas cometidas no ato de lançamento e ainda todas as faltas cometidas após a 4ª falta da equipa no mesmo período, serão sancionadas com a realização de **um único lance-livre que valerá 2 pontos em caso de sua conversão**;
- b) no caso das faltas cometidas no ato de lançamento convertido, o cesto será validado e não haverá lugar à realização de lance-livre adicional. Apenas será averbada falta ao jogador que cometeu a infração.

8. LINHA DE LANCE LIVRE

No Minibasquete e de acordo com os diferentes escalões, a linha de lance livre deverá estar marcada às seguintes distâncias:

ESCALÃO	DISTÂNCIA DA TABELA
Sub 10/12	4 (metros)

Tabela 12 – Medidas da distância da linha de lance livre

9. PROTEÇÃO DE BOLA

No Minibasquete é importante influenciar o comportamento dos praticantes, no que diz respeito à intervenção defensiva sobre o portador da bola. Uma vez que a competição será participada por crianças não federadas na modalidade.

O roubo da bola só será permitido a partir do drible do atacante, o que implica não permitir que seja feito das mãos do atacante.

10. REGRA DOS 3 SEGUNDOS

No Basquetebol, um jogador não pode permanecer mais de 3 segundos na área restritiva da equipa adversária, com a sua equipa na posse de bola:

No Minibasquete, esta regra deve ser aplicada com **ESPECIAL BENEVOLÊNCIA**, apenas se justificando a sua aplicação quando o AMIGO (árbitro) entender que existe uma tentativa deliberada por parte de uma equipa, em tirar vantagem da colocação de um jogador de elevada estatura, na área restritiva;

Um AMIGO (árbitro) **não deve** assinalar os 3 segundos a um jogador que permaneça acidentalmente na área restritiva e que não tenha participado diretamente na ação que se desenvolveu.

11. AMIGOS (Árbitros)

- ✓ Responsáveis por arbitrar e proceder ao preenchimento do boletim de jogo;
- ✓ Recomenda-se aos amigos (árbitros) que a sua maior responsabilidade é atuar como amigo, e não como um severo juiz;
- ✓ Recomenda-se igualmente, uma certa tolerância em relação às violações casuais e de menor importância, ainda que isso traga alguma vantagem ao atleta que a protagonize;
- ✓ As regras de comportamento assumem um papel destacado, e devem ser sempre punidas. Os treinadores assumem-se como um exemplo para os jovens atletas e não devem em momento algum emitir comentários/opiniões inoportunos, desagradáveis e que, de todo, não respeitem a desejada sã convivência entre todos os agentes envolvidos.

12. BOLETINS DE JOGO

Em todos os jogos, será preenchido pelos amigos (árbitros) um boletim de jogo oficial Sub 12 da Associação de Basquetebol do Porto (ABP)

13. FAIR-PLAY

- ✓ No início e no final dos jogos os atletas participantes deverão alinhar no centro do campo, voltados para a mesa, saudando-se e cumprimentando-se mutuamente, seguido também do cumprimento aos amigos (árbitros);
- ✓ Em caso de queda ou lesão de algum dos intervenientes diretos, o jogo deverá ser imediatamente interrompido pelo amigo (árbitro) e todos intervenientes;
- ✓ Os treinadores durante o jogo deverão dirigir-se ao amigo (árbitro), oficiais de mesa e treinador da equipa adversária apenas para tratar de assuntos essenciais ao normal funcionamento da atividade e sempre com a máxima cordialidade e respeito.

14. SISTEMA DE CONTAGEM DE PONTOS

- ✓ A pontuação atribuída aos lançamentos é a convencional - 2 pontos por cada lançamento convertido. **NÃO EXISTIRÁ LINHA DE 3 PONTOS;**
- ✓ O resultado será favorável à equipa que no final do tempo regulamentar tiver somado mais pontos;
- ✓ Se no final do tempo regulamentar as equipas se encontrarem empatadas, haverá lugar a 3 lançamentos da linha de lance livre para cada equipa. Cada jogador só poderá repetir o lançamento quando todos os elementos da sua equipa efetuarem o seu lançamento;
- ✓ Após os 3 lançamentos, na eventualidade de persistir o empate, entrará em vigor o sistema de morte súbita (quando um jogador converter e o jogador adversário falhar ou o contrário, está encontrado o vencedor).

15. CLASSIFICAÇÃO

A classificação será feita por pontos, atribuindo-se:

Vitória	2
Derrota	1
Falta de comparência	0

Tabela 13 – Sistema de pontuação

A equipa que não comparecer ao seu jogo, **ou que compareça sem o número mínimo estipulado de 6 (seis) atletas**, perde o jogo por falta de comparência, sendo-lhe homologada a derrota por resultado de 20 - 0.

16. CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos no presente regulamento serão resolvidos pela comissão organizadora.

DANÇA

ANEXO V. – DANÇA

Introdução

O presente documento estabelece as normas que regulam a modalidade de Dança no âmbito dos Jogos Juvenis de Gaia 2026 (JJG 2026), complementando o disposto no Regulamento Geral. Define as condições de participação, organização e avaliação, assegurando equidade, transparência e respeito pelos princípios do *fair play*.

Artigo 1.º

Objeto e Enquadramento

A Dança integra os JJG 2026 como uma modalidade desportiva de natureza artística, baseada na apresentação de coreografias estruturadas e sujeitas a avaliação. A sua prática implica domínio técnico, coordenação motora, sentido rítmico, expressividade e cooperação entre os elementos do grupo.

Enquanto modalidade desportiva, promove o desenvolvimento físico, criativo e social dos participantes, valorizando o trabalho de equipa, a responsabilidade e o cumprimento das regras estabelecidas.

Artigo 2.º

Escalões Etários

A modalidade destina-se a participantes nascidos entre 2012 e 2019, inclusive.

Artigo 3.º

Constituição dos Grupos

1. Cada grupo deverá ser constituído por um mínimo de 5 e um máximo de 20 participantes.
2. São permitidos grupos mistos.

Artigo 4.º

Estilo e Tema da Coreografia

1. O estilo de dança é livre, sendo permitidas todas as formas de dança (dança contemporânea, urbana, criativa, hip-hop, jazz, ballet, fusão de estilos, entre outras).
2. A coreografia deverá apresentar um tema livre claramente identificável, perceptível ao longo da atuação.
3. O tema e a música selecionados deverão ser adequados à faixa etária dos participantes e respeitar princípios de ética, inclusão e fair play.

Artigo 5.º

Duração da Coreografia

1. A duração da coreografia deverá respeitar os seguintes limites:
 - Mínimo: 3 minutos
 - Máximo: 5 minutos
2. O tempo total inclui a introdução e a finalização da música.
3. A apresentação de coreografias com duração inferior ou superior aos limites estabelecidos implicará penalização na avaliação final.

Artigo 6.º

Espaço de Apresentação

1. O espaço destinado à apresentação das coreografias terá as dimensões máximas de 18 metros de comprimento x 9 metros de largura (medidas equivalentes a um campo oficial de voleibol).
2. Os grupos deverão demonstrar uma ocupação racional e equilibrada do espaço disponível de acordo com o número de participantes.
3. A coreografia deverá procurar utilizar os três planos do movimento:
 - Inferior: próximos ou em contacto com o chão.
 - Médio: altura do corpo em pé.
 - Superior: movimentos elevados, como saltos ou extensão de braços.

Artigo 7.º

Avaliação e Júri

1. As atuações serão avaliadas por um júri nomeado pela organização, constituído por elementos com formação ou experiência na área da dança, expressão corporal ou áreas afins.
2. A classificação final resultará da soma das pontuações atribuídas de acordo com os critérios definidos no artigo seguinte.

Artigo 8.º

Critérios de Avaliação

As coreografias serão avaliadas com base nos seguintes critérios:

1. Tema e Interpretação Temática
 - Clareza e identificação do tema
 - Coerência entre música, movimentos e intenção artística

2. Criatividade e Originalidade

- Originalidade da composição coreográfica
- Capacidade de inovação e valorização artística do número

3. Ritmo e Musicalidade

- Adequação dos movimentos à música
- Sincronização rítmica

4. Coordenação Técnica

- Coordenação motora individual
- Qualidade e precisão dos movimentos

5. Coordenação e Sincronia do Grupo

- Uniformidade e sincronização dos movimentos
- Coesão do grupo enquanto conjunto

6. Interação e Dinâmica de Grupo

- Cooperação entre os participantes
- Interação coreográfica entre todos os elementos

7. Ocupação do Espaço e Utilização dos Planos

- Aproveitamento do espaço disponível
- Exploração dos planos inferior, médio e superior

8. Expressão Corporal e Presença Cénica

- Expressividade corporal e facial
- Energia, envolvimento e atitude

9. Cumprimento do Tempo Regulamentar

- Respeito pelos limites mínimos e máximos da duração da música
- O não cumprimento do tempo regulamentar implicará penalização na pontuação final

10. Figurinos e Parte Cénica

- Figurinos e estética: adequação ao tema e à proposta artística, criatividade e cuidado na escolha dos trajes e acessórios.
- Harmonização e impacto visual: coerência entre figurinos, música, movimentos e dinâmica do grupo, e contribuição para a expressividade e narrativa do número.

Artigo 9.º

Música

1. A música da coreografia deverá ser entregue à organização **até dia 9 de maio** (15 dias antes da data da apresentação).
2. A música deverá ser enviada em formato digital (Mp3), para o e-mail duartebarreira@cm-gaia.pt
3. A não entrega da música dentro do prazo estabelecido implica a exclusão da prova.
4. No dia da prova um responsável pelos participantes deverá dar indicação, sobre o momento em que deverá ser iniciada a música (na entrada dos participantes ou após a sua colocação na posição inicial dentro do espaço de prova).

Artigo 10.º

Classificação Final

1. A classificação final será determinada pela pontuação global obtida nos critérios de avaliação.
2. Em caso de empate, serão considerados, por esta ordem:
 - a) Melhor pontuação na coordenação e sincronia do grupo;
 - b) Melhor interpretação temática;
 - c) Maior criatividade.

Artigo 11.º

Prémios

Serão atribuídos prémios ao 1.º, 2.º e 3.º lugar, com base na classificação geral de cada grupo de participantes.

A organização reserva-se o direito de atribuir menções honrosas, como grupo mais inclusivo ou outra menção, sempre que considere pertinente.

Artigo 12.º

Disposições Finais

1. Qualquer situação omissa neste regulamento será resolvida pela organização dos JIG.
2. A participação na modalidade implica a aceitação integral do presente regulamento.

DESPORTO ADAPTADO

ANEXO VI. – DESPORTO ADAPTADO

Faixa etária

No Desporto Adaptado / Modalidades Integradas, as idades são compreendidas entre os anos 2010 e 2018.

- ✓ Sub 12 (2014 a 2018) e Sub 16 (2010 a 2013).

Modalidades

Modalidades Integradas:

- ✓ Atletismo (todas as deficiências);
- ✓ Ginástica (deficiência intelectual e síndrome Down);
- ✓ Natação (todas as deficiências);
- ✓ Ténis de Mesa (todas as deficiências exceto a visual / em pé ou cadeira rodas);
- ✓ Xadrez (todas as deficiências, exceto a intelectual e síndrome Down).

Inseridos nos quadros competitivos regulares, em séries / jogos específicos em função da idade, tipo de deficiência, género e do número de participantes, com regras adaptadas.

Modalidades Específicas

- ✓ Boccia DI (**Modalidade Inclusiva – ABERTA** a todas as crianças com e sem deficiência que queiram participar)

Escalões Etários

- **Sub12 (2014 a 2018)** – Aberto a todas as crianças
- **Sub16 (2010 a 2013)** – Só para jovens com necessidades educativas especiais

1 - Competição por Equipas

Jogo por equipas, sendo que estas devem ser constituídas por um mínimo de 3 jogadores e um máximo de 5 jogadores.

Nota: As equipas podem ser compostas por jogadores de ambos os escalões etários, respeitando as regras em cima descritas.

2 - Competição Individual

2.1 - Jogo Individual

No jogo individual são utilizadas as regras de Boccia DI para esta variante, sendo que os quadros competitivos respeitam as idades (sub-12 e sub-16) e o género.

2.2 - Prova de ‘Skills’

A prova é realizada no terreno com as dimensões do campo de Boccia;

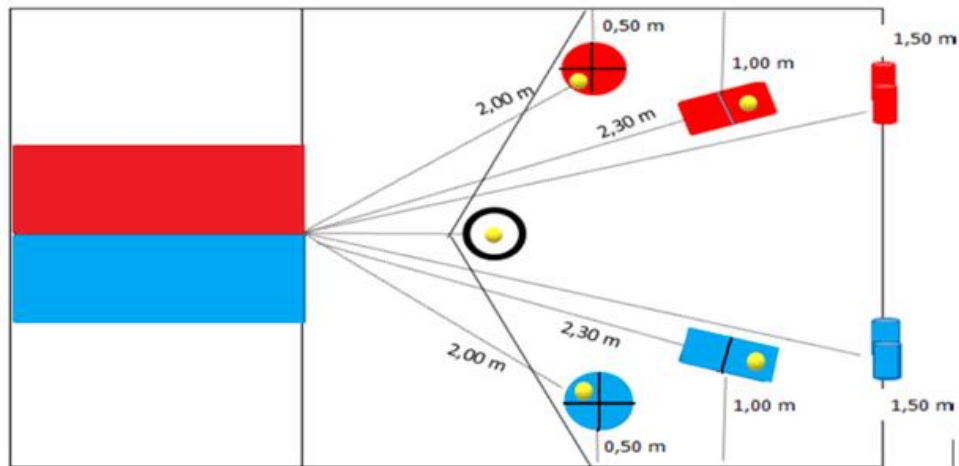
O praticante utilizará uma das duas boxes centrais (boxes 3 e 4), movimentando-se livremente;

Por cada ação não concretizada o praticante receberá zero (0) pontos, em caso de ser concretizada soma um (1) ponto;

O praticante poderá obter um máximo de cinco (5) pontos se conseguir cumprir com o requisito máximo de exigência em cada “skill”;

Existe uma ordem pré-definida dada pelo árbitro para a realização dos “skills” e que cada jogador terá de cumprir para que lhe seja contada a pontuação;

Em cada “skill” o praticante terá duas (2) tentativas. Se após o primeiro lançamento (1) a bola não ficar no alvo, será retirada e o praticante poderá continuar a prova.



Nota: Desenho não à escala, meramente informativo para encontrar o local exato para a colocação dos alvos.

Nota: O Sistema de Competição para as competições de Boccia DI, serão definidos consoante o número de equipas e jogadores inscritas/os.

Modalidades de Demonstração

Poderão ser incluídas algumas modalidades de demonstração durante os dias previstos para as competições dos JJG 2026.

Serão efetuados jogos de demonstração, sem distinção de idades e género.

Pontuação

A pontuação obtida em cada uma das modalidades será somada para uma Pontuação Geral Coletiva do Desporto Adaptado.

FUTEBOL 5

ANEXO VII. – FUTEBOL 5

Âmbito de aplicação

O presente regulamento aplica-se a todas as competições de futebol de 5, realizadas no âmbito dos JJG, em conformidade com o estipulado no regulamento geral.

Regras de funcionamento

Finalidade do jogo

1. Introduzir a bola na baliza adversária;
2. A bola pode ser jogada com qualquer parte do corpo, exceto com os braços e as mãos.

Equipa

1. As equipas são constituídas por 5 jogadores até a um máximo de 10;
 - 1.1) No Futebol 5, as equipas podem ser compostas por elementos do género masculino e/ou feminino.
2. Não existe um limite para as substituições, devendo estas serem feitas junto à mesa;
3. Quando uma equipa não apresentar o número mínimo de 4 jogadores, perde o jogo por falta de comparência;
4. No banco de suplentes só podem estar, para além dos jogadores, os restantes elementos acreditados;
5. A equipa deverá apresentar-se devidamente equipada: camisola, calção, meias e sapatilhas/chuteiras (pitons de borracha), sendo aconselhável o uso de caneleiras.

Tempo de jogo

1. O jogo tem a duração de 24 minutos, divididos em duas partes de 12 minutos com um intervalo de 3 minutos;
2. Não serão efetuados descontos de tempo.

Desenvolvimento do jogo

Início do jogo

1. Deve ser executado no centro do terreno, com a bola parada e na direção do campo adversário;
2. Todos os jogadores devem encontrar-se no seu meio-campo e os jogadores adversários não podem estar a menos de 5 metros de distância da bola, antes de esta ser posta em jogo.

Bola fora pela linha lateral

1. Sempre que a bola sair pelas linhas laterais, um jogador da equipa contrária executará um lançamento de linha lateral com os pés;
2. Não pode resultar golo diretamente quando se põe a bola em jogo pela linha lateral.

Bola fora pela linha de baliza

1. Quando a bola sair pela linha de baliza, deve ser repostada em jogo pelo guarda-redes (ao pé ou à mão).

Bola ao solo

1. Quando haja suspensão temporária do jogo, sem que tenha havido infração às regras, este será recomeçado com um lançamento de bola ao solo da altura de 1 metro, no local onde ela se encontrava, no momento da interrupção;
2. A bola é considerada em jogo quando tiver tocado no terreno.

Pontapé livre

1. É executado onde a falta foi cometida;
2. No momento da execução, nenhum jogador da equipa adversária pode permanecer a menos de 5 metros da bola.

Grande penalidade

1. Todos os jogadores deverão estar fora da área atrás da bola, com exceção do marcador e do guarda-redes;
2. No momento da execução do castigo, o guarda-redes deve estar sobre a linha de baliza.

Atraso da bola ao guarda-redes

É permitido o atraso de bola ao guarda-redes.

Disciplina

1. Os jogadores de ambas as equipas devem movimentar-se no campo sem atropelos, empurrões ou tocar intencionalmente a bola com as mãos (exceto o guarda-redes na sua área de baliza);
2. O árbitro é um amigo mais velho que zela pelo cumprimento das regras do jogo e, como tal, deve ser respeitado.

Advertências

1. Duas advertências (dois cartões amarelos) – suspensão de 2 minutos, ficando a equipa reduzida durante o tempo de suspensão;
2. Terceiro cartão amarelo (cartão vermelho) – o jogador é expulso, ficando a equipa o resto do jogo com menos esse elemento;
3. Falta ou conduta grave (cartão vermelho direto) – expulsão do jogador, ficando a equipa com menos um elemento até ao fim do jogo.

Classificação

1. A classificação será feita por pontos a atribuir:

Vitória	3
Empate	2
Derrota	1
Falta comparência	0

Tabela 14 – Sistema de pontuação

2. Em caso de igualdade entre qualquer número de equipas concorrentes em cada grupo, o desempate será feito da seguinte forma:
 - a. Resultado entre si;
 - b. “Goal - average”;
 - c. Maior número de vitórias;
 - d. Menor número de derrotas;
 - e. Melhor ataque;
 - f. Melhor defesa.
3. A falta de comparência será punida com uma derrota por 3-0.
 - ✓ Qualquer equipa que tenha feito 2 faltas de comparência será eliminada, mantendo-se os resultados anteriores.

Campo de jogo

1. As dimensões do campo são variáveis, aproveitando sempre as condições existentes. Poderão oscilar entre:

Comprimento – 30m no mínimo e 40m no máximo.

Largura – 20m no mínimo e 27m no máximo.

2. Baliza: 3 metros comprimento por 2 metros de altura.

CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos no presente regulamento serão resolvidos pela comissão organizadora.

FUTEBOL 7

ANEXO VIII. – FUTEBOL DE 7

Âmbito de aplicação

O presente regulamento aplica-se a todas as competições de futebol de 7 realizadas no âmbito dos JJG em conformidade com o estipulado no regulamento geral.

Regras de funcionamento

Finalidade do jogo

1. Introduzir a bola na baliza adversária;
2. A bola pode ser jogada com qualquer parte do corpo, excepto com os braços e as mãos.

Equipa

1. As equipas são constituídas por 7 jogadores até a um máximo de 14.
 - 1.1) No Futebol 7, as equipas podem ser compostas por elementos do género masculino e/ou feminino.
2. Não existe um limite para as substituições, devendo estas serem feitas junto à mesa;
3. Quando uma equipa não apresentar o número mínimo de 5 jogadores, perde o jogo por falta de comparência;
4. No banco de suplentes só podem estar, para além dos jogadores, os restantes elementos acreditados;
5. A equipa deverá apresentar-se devidamente equipada: camisola, calção, meias e sapatilhas /chuteiras (pitons de borracha), sendo aconselhável o uso de caneleiras.

Tempo de jogo

1. O jogo tem a duração de 24 minutos, divididos em duas partes de 12 minutos com um intervalo de 3 minutos;
2. Não serão efetuados descontos de tempo.

Desenvolvimento do jogo

Início do jogo

1. Deve ser executado no centro do terreno, com a bola parada e na direção do campo adversário;
2. Todos os jogadores devem encontrar-se no seu meio-campo e os jogadores adversários não podem estar a menos de 7 metros de distância da bola, antes de esta ser posta em jogo.

Bola fora pela linha lateral

1. Sempre que a bola sair pelas linhas laterais, um jogador da equipa contrária executará um lançamento com as duas mãos, por cima da cabeça, em qualquer direção e com os pés fixos no terreno;
2. Não pode resultar golo diretamente, quando se põe a bola em jogo pela linha lateral.

Bola fora pela linha de baliza

1. Quando a bola sair pela linha de baliza, deve ser repostada em jogo pelo guarda-redes (pé ou mão), devendo esta tocar pelo menos uma vez no seu meio-campo;
2. Não se verificando esta situação, será marcado um livre indireto na linha de meio-campo, na zona onde a bola transpôs a referida linha.

Bola ao solo

1. Quando haja suspensão temporária do jogo, sem que tenha havido infração às regras, este será recomeçado com um lançamento de bola ao solo da altura de 1 metro, no local onde ela se encontrava, no momento da interrupção;
2. A bola é considerada em jogo quando tiver tocado no terreno.

Pontapé livre

1. É executado onde a falta foi cometida;
2. No momento da execução, nenhum jogador da equipa adversária pode permanecer a menos de 7 metros da bola.

Grande penalidade

1. Todos os jogadores deverão estar fora da área, atrás da bola, com exceção do marcador e do guarda-redes;
2. No momento da execução do castigo, o guarda-redes deve estar sobre a linha de baliza.

Atraso de bola ao guarda-redes

Quando a bola for atrasada ao guarda-redes, de forma intencional, com qualquer parte do corpo abaixo da cintura e aquele a agarrar ou tocar com as mãos, será falta (livre indireto), no local onde a infração for cometida.

Disciplina

1. Os jogadores de ambas as equipas devem movimentar-se no campo sem atropelos, empurrões ou tocar intencionalmente a bola com as mãos (exceto o guarda-redes na sua área de baliza);
2. O árbitro é um amigo mais velho que zela pelo cumprimento das regras do jogo e, como tal, deve ser respeitado.

Advertências

1. Duas advertências (dois cartões amarelos) – suspensão de 2 minutos, ficando a equipa reduzida durante o tempo de suspensão;
2. Terceiro cartão amarelo (cartão vermelho) – o jogador é expulso, ficando a equipa o resto do jogo com menos esse elemento;
3. Falta ou conduta grave (cartão vermelho direto) – expulsão do jogador, ficando a equipa com menos um elemento até ao fim do jogo.

CLASSIFICAÇÃO

1. A classificação será feita por pontos a atribuir:

Vitória	3
Empate	2
Derrota	1
Falta comparência	0

Tabela 15 – Sistema de pontuação

2. Em caso de igualdade entre qualquer número de equipas concorrentes em cada grupo, o desempate será feito da seguinte forma:
 - a. Resultado entre si;
 - b. “Goal-average”;
 - c. Maior número de vitórias;
 - d. Menor número de derrotas;
 - e. Melhor ataque;
 - f. Melhor defesa.
 3. A falta de comparência será punida com uma derrota por 3-0.
- ✓ Qualquer equipa que tenha feito 2 faltas de comparência será eliminada, mantendo-se os resultados anteriores.

Campo de jogo

1. As dimensões do campo são variáveis, aproveitando sempre as condições existentes. Poderão oscilar entre:

Comprimento – 45m no mínimo e 65m no máximo.

Largura – 30m no mínimo e 40m no máximo.
2. Baliza: 6m de comprimento por 2m de altura.

CASOS OMISSOS

Todos os casos omissos no presente regulamento serão resolvidos pela comissão organizadora.

GINÁSTICA

ANEXO IX. – GINÁSTICA

Âmbito de aplicação

Este regulamento específico aplica-se a todas as competições de ginástica artística realizadas no âmbito dos Jogos Juvenis de Vila Nova de Gaia e em conformidade com o estipulado no regulamento geral.

Nota prévia

O programa abaixo apresentado que serve de suporte para o desenvolvimento dos Jogos Juvenis de Gaia tem por base o “PROGRAMA TÉCNICO COMPETITIVO DE GINÁSTICA ARTÍSTICA FEMININA – DIVISÃO BASE” da Federação de Ginástica de Portugal. Constitui assim, uma forma importante de articulação entre os objetivos de desenvolvimento da ginástica enquanto modalidade do sistema desportivo e a formação/auxílio das crianças e jovens para os programas de educação física.

Programa de competição

No período de aquecimento e no decorrer da prova é permitido ao treinador acompanhar os desempenhos dos atletas. No entanto, a intervenção direta do treinador durante a realização oficial de um exercício é penalizada com uma **dedução de 0,25 na nota final do atleta**.

Desenrolar da competição

A competição deverá decorrer simultaneamente para ambos os sexos. A constituição dos grupos de trabalho e a ordem de apresentação será definida pela organização, procurando um melhor desenvolvimento de toda a competição.

Equipamentos

No momento da competição é sugerido como equipamento as seguintes opções:

- **Maiô e calção preto (sendo o calção opcional);**
- **T-shirt branca e calção preto;**
- **Equipamento alusivo à freguesia.**

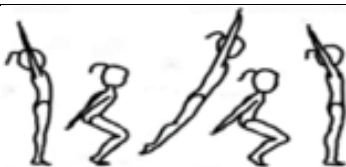
Poderão realizar a competição com meia branca, sabrina ou descalço.

Não é permitido o uso de slogans ou referências a clubes, associações, coletividades, academias ou outras entidades desportivas, e quaisquer formas de publicidade nos equipamentos dos e das atletas das equipas que participam nas competições.

Elementos gímnicos e graus de dificuldade

1º Grau - Solo **Valor Total: 1.00 pts Valor parcial**

Da posição de pé, salto em extensão, receção com os pés juntos 0.2



Rolamento à frente para terminar sentada com pernas unidas. 0.2

Flexão de tronco à frente tocar com o peito nas pernas, as **mãos nos pés e aguentar 2 segundos.** 0.2



Rolar atrás até apoiar os ombros, vela, rolar à frente e passando pela posição de cócoras, levantar. Sentido com os braços ao lado. 0.2



Dois passos em frente, juntar os pés salto engrupado de partindo de parado. 0.2



2º Grau - Solo

Valor Total: 1.40 pts Valor parcial

Da posição de pé, salto em extensão, recepção com os pés juntos.

0.2



Rolamento à frente para terminar sentada com pernas unidas.

0.3

Flexão de tronco à frente tocar com o peito nas pernas, **as mãos nos pés e aguentar 2 segundos.**

0.2



Endireitar o tronco e fletindo uma perna sobre a outra, passando pela posição ajoelhada elevar-se até à posição de pé, troca passo com a perna direita, troca passo com a perna esquerda (com possibilidade de alterar a perna com que inicia), juntar os pés salto de espargata (**abertura ântero-posterior**).

0.4



Rolar atrás até apoiar os ombros, vela, rolar à frente, levantar seguido de um salto com afastamento lateral de pernas.

0.3



3º Grau - Solo

Valor Total: 1.80 pts Valor parcial

Da posição de pé, troca passo, unir os pés, rolamento à frente para terminar sentado com pernas afastadas, flexão do peito à frente (folha), tocar com o peito no chão, braços estendidos em posição livre. 0.3



Endireitar o tronco e fletindo uma perna sobre a outra, passando pela posição ajoelhada elevar-se até à posição de pé. Alguns passos unir os pés salto em extensão seguido de salto engrupado. 0.2



Roda.

0.4

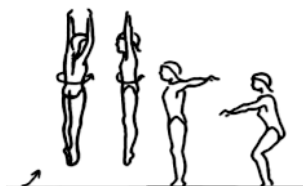


Juntar as pernas, rolamento atrás com pernas estendidas para terminar com pernas afastadas tronco inclinado à horizontal, braços laterais ¼ de volta. 0.3

Sem colocar as mãos no chão, deslizar até espargata ântero-posterior. Passar a perna de trás estendida para a unir à da frente, marcar com as mãos atrás da 0.4
 bacia, deitar e subir para ponte.



Baixar para a posição de deitada estendendo o corpo e rolar ½ volta para a posição de deitada facial, mãos apoiadas ao lado do corpo, marcar posição de prancha durante **2 segundos** e saltar para posição de cócoras com rolamento à 0.2
 frente para chegar na posição de pé, troca passo e juntando as pernas salto em extensão com 180º



Pontuação

1. Serão propostos 3 níveis de dificuldade para cada um dos escalões independentemente do género, **tendo que ser escolhido apenas um dos níveis para o momento competitivo.**
2. A pontuação final atribuída é igual ao somatório das pontuações em cada área **de avaliação** (composição e execução do exercício).

COMPOSIÇÃO DO EXERCÍCIO

Cumprimento das	V.exercício	V. executado			
Incidência da apreciação	Excelente	Muito Bom	Bom	Suficiente	Fraco
	5	4	3	2	1
Nota Composição					

EXECUÇÃO DO EXERCÍCIO

Incidência da apreciação	Excelente	Muito Bom	Bom	Suficiente	Fraco
	1,25	1,00	0,75	0,50	0,25
Correção Técnica					
Atitude Gímnic					
Ritmo Exercício					
Nota de execução					

NOTA FINAL

3. A pontuação de cada um dos níveis de dificuldade varia de acordo com a sua complexidade, conforme o valor total de cada exercício:

Grau de dificuldade	Valor Total
1.º Grau	1,00
2.º Grau	1,40
3.º Grau	1,80

Tabela 16 – Graus de dificuldade e pontuações

4. Serão **apuradas classificações individuais e coletivas em ambos os escalões, independentemente do género**, sendo contabilizadas para esse efeito **as 3 melhores notas**.

Em caso de empate na classificação individual

1. Em caso de igualdade pontual, beneficia o atleta que executa a sequência gímnica de maior valor de dificuldade;
2. No caso, da sequência gímnica ter o mesmo valor de dificuldade beneficia o atleta com o escalão etário mais baixo.

CASOS OMISSOS

Os casos omissos neste regulamento específico são analisados e resolvidos pela comissão técnica.

NATAÇÃO

ANEXO X. – NATAÇÃO

Introdução

O presente documento regulamenta todas as competições de natação no âmbito dos JJG 2026, em complemento do exposto no regulamento geral.

Participação

- a) A participação em provas de natação dos Jogos Juvenis de Gaia é reservada a nadadores não federados na modalidade (exceto na natação para pessoas com deficiência) e respetivamente inscritos nos JJG 2026, através de uma das freguesias do Concelho;
- b) Cada freguesia poderá participar com um máximo de **5 atletas de cada escalão/género/categoria de deficiência, sendo OBRIGATÓRIO os mesmos saberem nadar.**
- c) Na escolha dos atletas que irão inscrever nesta modalidade, **alertamos para a necessidade de atestarem primeiro se os mesmos têm robustez física e psicológica para a prestação das provas previstas.**

Inscrições

- a) A data-limite de inscrição na modalidade é a prevista no regulamento geral;
- b) As freguesias que detetem qualquer erro na lista de participantes/séries, ou que desejem realizar desistências, deverão contactar por escrito, por correio eletrónico: **duartebarreira@cm-gaia.pt**, até 72h antes do início da competição. Terminado este prazo, não serão realizadas quaisquer alterações ao programa de provas;
- c) Não serão permitidas substituições nem novas inscrições após a saída da listagem de séries;
- d) Contudo, a coordenação reserva o direito de após a saída da lista de séries, e em caso de necessidade absoluta, poder retificar a mesma comunicando-o, em reunião de treinadores antes de início da competição.

Escalões de participação

Para esta edição dos Jogos Juvenis de Gaia, os nadadores serão agrupados, em ambos os géneros, nos seguintes escalões:

Escalões	Ano de nascimento	Provas
1.º Escalão	2016 a 2018	25 mt livres
2.º Escalão	2014 a 2015	25 mt livres

Tabela 17 - Escalões de participação

Nas provas de natação para pessoas com deficiência, os atletas serão agrupados em ambos os géneros, nas seguintes categorias de deficiência, em cada um dos escalões:

Categoria de Deficiência	Escalões	Provas
Deficiência Motora & Paralisia Cerebral	Sub12 (2014 a 2018)	25 mt livres
	Sub16 (2010 a 2013)	25 mt livres
Deficiência Visual	Sub12 (2014 a 2018)	25 mt livres
	Sub16 (2010 a 2013)	25 mt livres
Deficiência Intelectual	Sub12 (2014 a 2018)	25 mt livres
	Sub16 (2010 a 2013)	25 mt livres
Deficiência Auditiva	Sub12 (2014 a 2018)	25 mt livres
	Sub16 (2010 a 2013)	25 mt livres
Transplantados	Sub12 (2014 a 2018)	25 mt livres
	Sub16 (2010 a 2013)	25 mt livres

Tabela 18 – Categorias de natação para pessoas com deficiência

Local da competição

As competições serão realizadas na Piscina Municipal de Vila D’Este, no tanque de 25 metros de comprimento.

Data(s) e hora

- a) Serão realizadas duas competições de natação, no dia a indicar pela comissão organizadora;

- b) Cada escalão realizará as provas num só dia, sendo a calendarização indicada pela comissão organizadora;
- c) As competições terão início às 15:00, pelo que os atletas deverão comparecer às 14:00, no local da competição;
- d) Os horários mencionados nos calendários de provas servem apenas como informação geral, não justificam atrasos ou faltas de atletas e/ou freguesias.

Vestuário admitido

Todos os atletas deverão comparecer no local da prova apenas com touca, calção de natação/fato-de-banho, chinelos, T-shirt, bilhete de identidade/cartão de cidadão e credencial de atleta dos JJG 2026.

Desenvolvimento da competição

Quadro competitivo

- a) Dado a natação estar inserida no grupo das modalidades individuais, preconiza-se uma competição de âmbito concelhio que, simultaneamente privilegie, através de uma prova individual, a representatividade de cada freguesia;
- b) Cada escalão sem diferenciação de género realiza uma prova, apenas os oito melhores tempos da primeira prova, realizarão a segunda, para apurar os 3 primeiros classificados.

Organização das séries:

Os escalões 2014-2015 e 2016-2018 realizam os 25 metros livres.

- a) Na 1.ª prova, os atletas serão agrupados, aleatoriamente, por anos de nascimento. No caso da natação para pessoas com deficiência, os nadadores serão agrupados aleatoriamente por anos de nascimento, independentemente da classe desportiva a que pertencem;

- b) Na 2.ª prova, os atletas serão agrupados pelos tempos obtidos na 1ª prova, sendo que os oito primeiros melhores tempos disputarão uma prova final de forma a apurar a ordenação classificativa e assim determinar os primeiros três classificados (três melhores tempos).

Ajuizamento das provas:

Árbitro

- a) Tem o total controlo e autoridade sobre todos os elementos do júri, aprova as suas atribuições de funções e instruí-os acerca das regras ou determinações especiais relativas às competições e decidirá todas as questões relacionadas com a condução da competição, cuja decisão final não esteja presente nas regras;
- b) O árbitro pode intervir na competição fazendo respeitar todas as regras e aceitará todos os protestos respeitantes à competição em curso;
- c) O árbitro pode desclassificar o atleta por qualquer infração à regra que observar pessoalmente ou lhe for transmitida por qualquer juiz;
- d) No início de cada competição, o árbitro sinalizará aos nadadores, por uma série de pequenos apitos, a remoção de toda a roupa, com exceção do fato de banho; segue-se um apito longo, indicando-lhes que devem tomar as suas posições nos blocos;
- e) Quando os nadadores e juizes se encontram a postos, o árbitro faz sinal ao juiz de partida mediante um “estiro do braço” indicando-lhe que os nadadores estão debaixo do seu controlo.

Juiz de partidas

- a) O juiz de partidas terá total controlo sobre os nadadores a partir do momento que o árbitro lhos entregar até ao início da prova;
- b) O juiz de partidas participará ao árbitro de todo o nadador que demorar a partida, desobedecer voluntariamente a uma ordem ou comportamento menos correto que tiver lugar na altura da partida;

- c) O juiz de partidas tem o poder de decidir se a partida é correta;
- d) Nas provas para deficientes auditivos será encontrada uma solução alternativa.

Juiz de chamadas

- a) O juiz de chamadas reunirá os nadadores antes de cada prova;
- b) O juiz de chamadas comunicará ao árbitro a não presença dos nadadores na câmara de chamada e este desclassificará os atletas, não permitindo que realizem a sua prova.

Programas e resultados

- ✓ Os programas das provas serão enviados por email para o treinador e o autarca da freguesia inscrita nesta modalidade.
- ✓ Os resultados serão enviados no prazo de 48 horas por email para o autarca e dinamizador da freguesia inscrita.

Sistema de classificação

Na primeira prova (número de séries mediante o número de inscritos por escalão e género) serão apurados os oito melhores tempos que irão competir, no mesmo dia entre si, de forma apurar os três primeiros classificados.

No caso da **natação para pessoas com deficiência**, existirão apenas classificações individuais, separadas por categoria de deficiência, género e escalão, tendo estas classificações efeitos para a classificação coletiva do Desporto Adaptado.

a) Classificações individuais:

A classificação individual final será auferida na segunda prova (final entre os oito melhores tempos) de cada escalão/género.

Em caso de empate, o desempate será feito pelo melhor tempo conseguido na realização do percurso e de seguida pela data de nascimento, sendo o mais novo o vencedor.

b) Classificações coletivas:

a) A classificação de equipas/freguesia é obtida pelo somatório dos pontos obtidos em todas as competições individuais, por género (masculino e feminino) e escalões (2014-2015 e 2016-2018).

b) A cada primeiro lugar final será atribuída a pontuação de 3 pontos, a cada segundo lugar final será atribuída a pontuação de 2 pontos e a cada terceiro lugar final será atribuída a pontuação de 1 ponto.

Após se realizar o somatório, a equipa/freguesia que obtiver mais pontos será a vencedora.

Reunião de treinadores

As reuniões de treinadores terão lugar 30 minutos antes do início de cada competição, salvo qualquer indicação contrária.

Cronometragem

Os tempos da prova são aferidos por cronometragem manual da responsabilidade dos árbitros presentes.

Diversos

- ✓ A entrada dos atletas/treinadores e agentes desportivos credenciados para esta modalidade será feita pela porta de entrada principal da piscina. Solicitamos o uso de calçado apropriado;
- ✓ Todos os agentes desportivos que não se encontrem designados para a competição de natação devem ocupar lugar na bancada, junto do público;
- ✓ O acesso ao público será efetuado pelo exterior da instalação, diretamente para a bancada;
- ✓ Não é permitido comer no interior da nave da piscina e nos balneários;
- ✓ Na instalação existem cacifos que podem ser usados, contudo devem levar aloquete. Alertamos ainda que não nos responsabilizamos por qualquer objeto perdido/desaparecido durante as competições;
- ✓ No interior da instalação devem ser cumpridas as normas de acesso/funcionamento da mesma e seguidas as indicações/recomendações dos funcionários da mesma;



- ✓ As freguesias poderão transportar para o interior garrafas de bebidas, desde que sejam de plástico, devendo no final da competição recolher as mesmas.
- ✓ Não é permitido capturas de fotografias ou vídeo, de acordo com regulamento interno da instalação desportiva no seu capítulo I, artigo 21, ponto 2, alínea L, com exceção da Comissão Organizador do JJG ou dos profissionais da comunicação social que estão sujeitos a legislação específica.

Casos Omissos

Os casos omissos serão resolvidos pela coordenadora da natação.

TÉNIS de MESA

ANEXO XI. – TÊNIS DE MESA

Âmbito de aplicação

1. Todos os jogos serão disputados conforme as regras oficiais da Federação Portuguesa de Ténis de Mesa, com as devidas adaptações que passamos a descrever;
2. Este regulamento específico aplica-se a todas as competições de ténis de mesa, realizadas no âmbito dos Jogos Juvenis de Gaia, em conformidade com o estipulado no regulamento geral;
3. Nestas competições podem participar jovens residentes/estudantes no Concelho de Vila Nova de Gaia, que não sejam federados e tenham nascido nos anos de 2014 a 2018;
4. Os atletas inscritos serão agrupados da seguinte forma:

MODALIDADE	GÉNERO	Escalões (nascidos entre)	Grupos
Ténis de Mesa	masculino	2016 a 2018	A
		2014 a 2015	B
	feminino	2016 a 2018	C
		2014 a 2015	D

Tabela 19 – Escalões de participação por género

Programa de competição

1. As equipas serão distribuídas, equitativamente, por grupos;
2. No caso do número de equipas inscritas, em cada escalão etário, seja inferior a 6, as equipas competirão num só grupo:
 - 2.1. Neste grupo disputam o 1º ao 5º lugar em sistema de poule;
 - 2.2. No caso do número de equipas inscritas, em cada escalão etário, ser igual ou superior a 6, as equipas serão distribuídas equitativamente por grupos (A, B, C, D ...).
3. As duas equipas vencedoras de cada grupo ficam apuradas, na fase final, para a disputa do mapa final onde serão disputados os primeiros lugares. As equipas

classificadas em 3º e 4º lugar em cada grupo ficam apuradas, na fase final, para o mapa de consolação, para a disputa dos lugares restantes:

- 3.1. A fase de grupos será feita no sistema de jogos cruzados entre as equipas de cada grupo numa volta. Consoante a pontuação adquirida serão apurados para a fase final onde serão introduzidos nos respetivos mapas;
- 3.2. Os mapas (mapa final e mapa de consolação) serão realizados em sistema eliminatório (quem perde é eliminado). Todas as posições serão disputadas entre as equipas que perderam na mesma fase do mapa, sendo desta maneira definida a classificação geral.

NOTA: NÃO HAVERÁ TORNEIO INDIVIDUAL.

Sistema de jogo

1. O sistema de jogo é o Corbillon onde podem ser utilizados no mínimo 2 atletas e máximo de 4 atletas independentemente do género;
2. Com este sistema haverá sempre um jogo de pares.

Sistema de classificação

1. A classificação será feita por pontos, atribuindo-se:

Vitória	3
Derrota	1
Falta comparência	0

Tabela 20 – Sistema de pontuação

2. Qualquer equipa que tenha dado duas faltas de comparência será eliminada, sendo mantidos os resultados anteriores.

Material desportivo

A raquete para participar nos jogos de Ténis de Mesa é da responsabilidade do(a) atleta e/ou da junta de freguesia que representa.

As bolas a utilizar nos encontros da fase concelhia serão Butterfly, de cor branca e distribuídas pela organização.

Nota: As equipas não podem utilizar equipamento exclusivamente branco.

Casos omissos

Todos os casos omissos do presente regulamento serão resolvidos pela comissão técnica.

VOLEIBOL

ANEXO XII. – VOLEIBOL

Âmbito de aplicação

Nesta modalidade podem participar todos os jovens não federados em Voleibol, residentes no Concelho de Vila Nova de Gaia e nascidos nos anos de 2012 a 2015.

Características do Jogo

O Voleibol é um desporto coletivo, jogado por duas equipas num terreno de jogo dividido ao meio por uma rede. O objetivo do jogo é enviar regulamentarmente a bola por cima da rede, de forma a tocar o campo contrário e impedir por outro lado, que ela toque o chão do seu próprio campo. Cada equipa dispõe de três toques para devolver a bola (para além do toque do bloco). A bola é posta em jogo com o serviço: o jogador que efetua o serviço bate a bola de forma a enviá-la por cima da rede para o campo contrário. A jogada desenvolve-se até que a bola toque no chão, seja enviada para fora ou uma das equipas não a consiga devolver corretamente. Em cada jogada é ganho um ponto (sistema de ponto por jogada).

Conceito

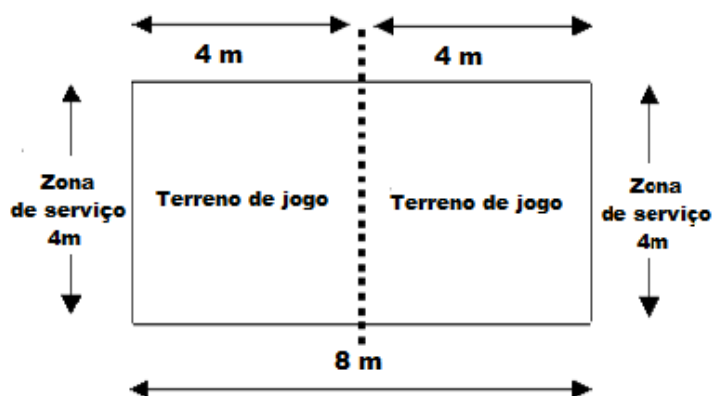
O Voleibol **2x2** é um jogo coletivo educativo, extremamente desafiante, já que o contacto com a bola é sempre momentâneo e necessita da ajuda do colega para conseguir atingir o sucesso em cada uma das jogadas. Procura estimular o interesse pela prática desportiva em geral e do voleibol em particular, sendo dirigido e adaptado às capacidades reais dos seus praticantes.

Finalidade

São várias as formas de como se pode pontuar nesta modalidade desportiva, sendo que a principal consiste em fazer a bola passar por cima da rede e acertar no terreno de jogo da equipa adversário.

Por outro lado, em caso de erro da equipa adversária, porque cometeu uma falta, ou enviou a bola para fora dos limites de terreno de jogo, ou não cumpriu alguma das regras estipuladas, a jogada termina e o ponto é atribuído à respetiva equipa que ganha direito a servir e iniciar uma nova jogada.

REGRA 1 - Terreno de Jogo



Superfície de jogo

O recinto de jogo poderá ser em pavilhões, recintos ou espaços de ar livre, ou em terrenos com o mínimo de condições.

A superfície de jogo poderá ser em relva, terra, madeira, sintética, nivelada o mais plano e uniforme possível livre de qualquer objeto que possa representar risco para os jogadores.

Linhas

Todas as linhas devem ser de cor clara e diferente da cor do solo e de outras linhas existentes.

O campo é delimitado por duas linhas laterais e duas linhas de fundo.

Não existe linha central e linha de ataque.

Zona de serviço

A zona de serviço é a área atrás da linha de fundo, tendo assim 4m de dimensão e onde se inicia cada jogada.

REGRA 2 - Rede e Bolas

Altura da rede

A altura de rede deve ser de **2,10m**

Bolas

As bolas devem ser de tamanho 4, 5 oficial;

REGRA 3 – Equipas

Composição

Cada equipa será constituída por um **mínimo de 3 jogadores** e um **máximo de 6 jogadores**.

Equipamento

Sobre o equipamento, a exigência mínima, mas obrigatória, é que todos os jogadores possuam um número diferente e visível nas costas e/ou peito, devendo ser as camisolas da mesma cor.

Capitão

- a) O capitão de equipa é identificado por meio de uma tira de cor diferente da camisola.
- b) Antes do encontro, assina o boletim de jogo e representa a sua equipa no sorteio.
- c) No final do jogo cumprimenta os árbitros e assina o boletim de jogo para ratificar o resultado.

REGRA 4 - Formato do jogo

Um jogo dura 20 minutos repartidos por 2 períodos de 10 minutos cada. (Cada período termina ao som do apito do cronometrista). A jogada que estiver a decorrer não deve ser interrompida ao sinal do cronometrista até à conclusão da mesma.

Não são permitidos pedidos de desconto de tempo (tempo mortos).

Entre a 1ª parte e a 2ª parte deve existir um intervalo de 2 minutos, onde são realizadas as respetivas substituições, que apenas são obrigatórias caso a equipa apresente mais do que 2 elementos.

Não são permitidas substituições no decorrer de cada parte, a não ser por motivos de lesão ou mal-estar por parte do jogador e sempre mediante a autorização do(a) responsável.

Em caso de lesão, em que a equipa não tenha como substituir, será considerada derrota por 40-1 em pontuação.

Só haverá prolongamento do tempo de jogo em caso de empate, no final do mesmo.

O cronometrista conta o tempo de jogo sem nenhuma interrupção, salvo em casos excecionais a decidir pelo árbitro.

Ausência - Equipa Incompleta

Falta de comparência

- Sempre que uma das equipas, sem aviso prévio, não estiver no terreno de jogo até 15 minutos depois da hora marcada para o início do jogo;
- À falta de comparência, será averbada derrota por 40-1 e atribuídos 0 pontos;
- Duas faltas de comparência implicarão a eliminação da equipa.

Para Ganhar Um Jogo

A contagem é contínua (rally-point scoring). Se as equipas estiverem empatadas no final dos 20 minutos, o jogo continua vencendo a equipa que obtiver dois pontos de diferença.

Preparação do encontro - Estrutura do Jogo

O Sorteio

Antes do jogo, o primeiro árbitro efetua o sorteio para escolher o primeiro serviço e os campos para a primeira parte;

Na segunda parte, as equipas trocam de campo e a equipa que começou a servir irá agora receber.

Ordem de serviço

Deve manter-se ao longo da cada parte (em acordo com o determinado pelo capitão de equipa imediatamente após o sorteio).

Faltas no Serviço

As seguintes faltas obrigam a uma mudança de serviço:

- O servidor violar a ordem de serviço;
- O servidor não efetuar o serviço corretamente.

Autorização para o Serviço

O primeiro árbitro autoriza a execução do serviço, depois de verificar que as duas equipas estão prontas a jogar e o servidor está na posse da bola.

Marcar Ponto

Uma equipa marca um ponto

- Ao fazer a bola tocar no chão do campo da equipa adversária;
- Quando a equipa adversaria comete uma falta;
- Quando a equipa adversária é penalizada.

Falta

Uma equipa comete uma falta, quando realiza uma ação de jogo contrária às regras ou violando estas de alguma forma. O responsável julga a natureza da falta e determina a consequência de acordo com as regras.

Se duas ou mais faltas são cometidas sucessivamente, apenas a primeira é sancionada.

Jogada e jogada completa

Uma jogada, é a sequência de ações de jogo desde a execução do serviço até que a bola não esteja em jogo.

Uma jogada completa, é a sequência de ações de jogo que resultam na atribuição de um ponto. Isto inclui a aplicação de uma penalização, que leva à perda do serviço pela falta.

Consequências de ganhar uma jogada

Se a equipa que serviu ganha a jogada, marca um ponto e continua a servir, até um MÁXIMO DE DOIS SERVIÇOS consecutivos por atleta, que pode ser em serviço por cima.

Se a equipa que recebeu ganha a jogada, marca um ponto e deve servir de seguida, com a respetiva rotação do servidor anterior.

Situações de jogo

Bola em Jogo

A bola está em jogo a partir do momento da execução do serviço e após autorização dos respetivos intervenientes e responsáveis pelo decorrer do jogo.

Serviço

- O serviço é o ato de pôr a bola em jogo pelo jogador, colocado na zona de serviço.
- Pode ser em passe no primeiro serviço, sendo que a linha final tem de ser respeitada.
- Esta ação tem de ser executada através do lançamento e batimento da mesma, seja com serviço por cima ou serviço por baixo.

- Só é permitido lançar ou largar/soltar a bola uma vez. É permitido bater a bola no chão ou passá-la de uma mão para a outra.
- Cada jogador, pode realizar até dois serviços consecutivos, pelo que depois tem de trocar, mantendo a equipa a posse do mesmo.

Jogar a bola

Toques da Equipa

- Um toque é qualquer contacto com a bola, por um jogador em jogo.
- Podem ser utilizadas quaisquer partes do corpo para o efeito.
- Cada equipa tem direito a um máximo de três toques (mais o toque do bloco), para reenviar a bola. Se forem feitos mais do que esses toques, a equipa comete uma falta de “QUATRO TOQUES”.

Dois toques

Um jogador toca na bola duas vezes consecutivas, ou a bola toca sucessivamente várias partes do seu corpo.

Bola retida

A bola é agarrada e/ou lançada, não ressalta do contacto.

Bola à rede

Passagem da bola por cima da rede

A bola enviada para o campo adversário deve passar por cima da rede, no espaço de passagem. O espaço de passagem é a parte do plano vertical da rede.

Bola que toca a rede

A bola, ao passar a rede, pode tocar nela, inclusive no serviço.

Bola na receção do serviço

Durante a fase de receção do serviço, a equipa que está a receber não terá obrigatoriamente de dar dois toques antes de a bola ser enviada para o adversário, podendo reenviá-la diretamente.

Jogador à rede

Penetração por baixo da rede

É permitido penetrar no espaço adversário por baixo da rede, desde que não interfira no jogo adversário. (Ex: colocar o pé no campo adversário durante a sua ação de jogar a bola, desde que não interfira).

Toque na Rede

- O contacto de um jogador com a rede entre as varetas, durante a ação de jogar a bola, é falta. A ação de jogar a bola inclui (entre outras) a chamada, o toque na bola e a receção ao solo com o jogador estabilizado e preparado para uma nova ação.
- O jogador cria uma vantagem injusta sobre o adversário ao tocar na rede, realizando ações que dificultem uma tentativa legítima do adversário jogar a bola.
- Os jogadores que estão perto da bola que está a ser jogada, ou que tentam jogar a mesma, são considerados como estando numa ação de jogar a bola, mesmo que não tenham contacto com a mesma.

REGRA 5 – Aspetos classificativos

Desempates classificativos

Se duas equipas estiverem empatadas no final da competição, o desempate será feito pelo coeficiente de pontos ganhos e perdidos.

Sistema de classificação

A classificação será feita por pontos, atribuindo-se:

Vitória	2
Derrota	1
Falta comparência	0

Tabela 21 – Sistema de pontuação

REGRA 6 - Fair-Play

Os participantes devem comportar-se de uma forma respeitosa e cortês, dentro do espírito do FAIR-PLAY, tanto em relação aos árbitros como aos outros responsáveis, os adversários, colegas e espectadores.

É permitida a comunicação entre os membros da equipa durante o jogo.

Casos omissos

Todos os casos não contemplados do presente regulamento serão resolvidos pela Comissão Executiva.

XADREZ

ANEXO XIII. – XADREZ

Âmbito e aplicação

Este Regulamento Específico aplica-se a todas as competições de Xadrez realizadas no âmbito dos Jogos Juvenis de Gaia, em conformidade com o estipulado no Regulamento Geral de Provas e Regras Oficiais em vigor.

Sistema de competição

O campeonato de xadrez será disputado em Sistema Suíço, o qual permite um grande número de participantes com um reduzido e delimitado número de rondas, sem a necessidade de eliminar participantes. Para o efeito, será utilizado um software informático, que organiza automaticamente os empareiramentos de acordo com o referido sistema de jogos.

O Sistema Suíço segue o mesmo sistema de contagem de pontos do *sistema todos contra todos*, porém com as seguintes regras:

- Número pré-determinado de rondas;
- Dois participantes não se enfrentam mais que uma vez;
- Na ronda 1: o empareiramento dos confrontos é feito através de sorteio, uma vez que os jogadores não possuem rating;
- Nas demais rondas: participantes com pontuações iguais são empareirados;
- Caso não seja possível empareirar participantes com o mesmo número de pontos, o confronto será com o jogador com a pontuação o mais próxima possível.

Participantes

No campeonato participarão todos os atletas das diferentes freguesias inscritos na modalidade, **com limite de 12 inscritos**. Os atletas que iniciarem a 1ª ronda devem manter-se até ao final do campeonato, podendo acumular pontos em todos os encontros.

Número de rondas e tempo de jogo

Ao longo de todo o campeonato serão disputadas 10 rondas, divididas pelo número de encontros a definir pela organização dos Jogos Juvenis.

Caso o número de participantes o justifique, serão acrescentadas rondas adicionais.

As partidas (rondas) serão cronometradas por relógios próprios da modalidade.

Cada partida terá a duração de 10 minutos por jogador, aplicando-se para o efeito as regras das Partidas Semi-Rápidas da FIDE.

Critérios de desempate

Os critérios de desempate deverão ser, sucessivamente:

1º - **Bucholz corrigido** – consiste na soma da pontuação dos adversários, descartando o pior resultado.

2º - **Bucholz** – consiste na soma dos pontos de cada um dos adversários enfrentados ao longo do campeonato.

3º - **Progressivo** - também conhecido como "Desempate FIDE", consiste na soma dos pontos de um jogador em cada rodada

Direção de prova e arbitragem

As equipas de direção de prova e de arbitragem serão nomeadas pela organização dos Jogos Juvenis.

Classificação individual e coletiva

A classificação individual será apurada com base no número de pontos obtidos por cada jogador durante a prova, com os critérios de desempate devidamente aplicados.

A classificação coletiva resultará da soma dos resultados dos 5 jogadores de cada freguesia com melhores prestações durante o campeonato. **Em caso de empate na classificação coletiva, classifica-se com aplicação sucessiva dos critérios de desempate usados na classificação individual, para os 5 elementos das equipas com melhores prestações.**

Casos omissos

Os casos omissos neste Regulamento Específico são analisados e resolvidos pela direção de prova e equipa de arbitragem.

JUNTAS DE FREGUESIA

ARCOZELO

AVINTES

CANELAS

CANIDELO

CRESTUMA

GRIJÓ

GULPILHARES

LEVER

MADALENA

MAFAMUDE

OLIVAL

OLIVEIRA DO DOURO

PEDROSO

PEROSINHO

SANDIM

SANTA MARINHA

SÃO FÉLIX DA MARINHA

SÃO PEDRO DA AFURADA

SEIXEZELO

SERMONDE

SERZEDO

VALADARES

VILAR DO PARAÍSO

VILAR DE ANDORINHO



**MUNICÍPIO AMIGO
DO DESPORTO**

