

“CAMPANHA VIVA O ATLETISMO”

Revisão outubro 2023



Índice

CAPÍTULO 1.	CAMPANHA VIVA O ATLETISMO.....	3
ARTIGO 1º.	ANTECEDENTES HISTÓRICOS DA CAMPANHA VIVA O ATLETISMO	3
ARTIGO 2º.	CALENDÁRIO COMPETITIVO ANUAL.....	4
ARTIGO 3º.	CRONOLOGIA DA CALENDARIZAÇÃO DAS COMPETIÇÕES.....	5
ARTIGO 4º.	TORNEIO INTERASSOCIAÇÕES DE CORTA-MATO	5
ARTIGO 5º.	SALTO EM ALTURA EM SALA.....	6
ARTIGO 6º.	TRIATLO TÉCNICO JOVEM	6
ARTIGO 7º.	ATLETA COMPLETO	7
ARTIGO 8º.	QUILÓMETRO JOVEM	8
ARTIGO 9º.	TORNEIO NACIONAL OLÍMPICO JOVEM	8

CAPÍTULO 1. CAMPANHA VIVA O ATLETISMO

1. Da Campanha “Viva O Atletismo” fazem parte um conjunto de Torneios destinada aos escalões de Sub-14, Sub-16 e Sub-18.
2. Os Torneios da campanha “Viva o Atletismo” podem ser apenas de âmbito distrital/regional ou podem ter também uma fase final nacional.
3. Os Torneios de âmbito distrital/regional são abertos à participação de atletas em representação de escolas ou de clubes, enquanto nas finais nacionais os atletas participam em representação da seleção da respetiva associação distrital/regional.
4. As competições que fazem parte desta Campanha têm uma vertente de classificação individual e uma vertente de classificação coletiva baseada na contribuição das prestações individuais a favor dos respetivos clubes ou escolas, na fase distrital/regional, ou das suas associações regionais, na final nacional.
5. As classificações coletivas são sempre efetuadas de forma conjunta, contabilizando os atletas masculinos e femininos para uma classificação única em cada Torneio.

ARTIGO 1º. ANTECEDENTES HISTÓRICOS DA CAMPANHA VIVA O ATLETISMO

1. A “Campanha Viva o Atletismo” iniciou-se em 1983, apenas com o Olímpico Jovem, tendo sido depois acrescentadas novas competições. A Campanha evoluiu e enriqueceu-se através da experiência acumulada, crítica e atenta.
2. A título informativo, apresenta-se um histórico sobre as competições nacionais praticadas nestas faixas etárias:
 - **Salto em Altura em Sala** – primeira edição 1987/1988, última edição 1998 (nível nacional) a nível regional há registos de 2019.
 - **DN Jovem de corta-mato** - competição com finais nacionais entre 1987 e 1993 (sete edições). Em 1994, já com o nome de Corta-Mato Olímpico Jovem, a competição conheceu a sua última edição e teve apenas fase distrital e fases de zonas (norte, centro e sul).
 - **Triatlo Técnico Nacional** – primeira edição 1999 (ainda em vigor), atualmente para os escalões Sub-16 e Sub-18, com alguma variação do programa tendo já sido incluído o escalão Sub14 de 1999 a 2008
 - **Olímpico Jovem Nacional** – primeira edição 1983 (ainda em vigor, com poucas alterações ao longo dos anos ao programa, tendo já incluído a espaços Sub14 a Sub20).

- **Atleta Completo Nacional** – primeira edição 1988 (ainda em vigor, atualmente apenas para o escalão Sub16, incluído no Campeonato Portugal de Provas Combinadas).
- **Km Jovem Nacional** – primeira edição 1988 (a competição com mais interrupções, mas que atualmente estava em vigor desde 2017).

ARTIGO 2º. CALENDÁRIO COMPETITIVO ANUAL

1. Atendendo à sobrecarga de participação competitiva nacional do escalão Sub-18, e tendo este escalão também participações competitivas a nível internacional, entendeu-se que fazia sentido atenuar a solicitação da participação competitiva dos atletas deste escalão retirando algum peso da participação dos mesmos na Campanha Viva o Atletismo
2. A partir da época 2023/2024 fazem parte da Campanha Viva o Atletismo as seguintes competições:
 - Interassociações de Corta-mato (sub-16);
 - Salto em Altura em Sala (sub-14, sub-16 e sub-18) – apenas fase distrital/regional;
 - Triatlo Técnico Jovem (sub-14, sub-16 e sub-18);
 - Quilómetro Jovem (sub-14, sub16 e sub-18) – apenas fase distrital/regional;
 - Atleta Completo (sub-14 e sub-16);
 - Olímpico Jovem (sub-16 e sub-18).
3. Para além das classificações coletivas de âmbito distrital/regional, é elaborada, a partir dos resultados da fase regional/distrital, uma **Classificação Nacional de Clubes** nas seguintes competições:
 - Salto em Altura Jovem;
 - Triatlo Técnico Jovem;
 - Quilómetro Jovem;
 - Atleta Completo.
4. Após a realização da fase distrital/regional algumas destas competições culminarão com uma fase Final Nacional, através de seleções distritais/regionais. Serão realizadas **finais nacionais** nas seguintes competições:
 - Interassociações de Corta-mato;
 - Triatlo Técnico Jovem;
 - Atleta Completo;
 - Olímpico Jovem.

ARTIGO 3º. CRONOLOGIA DA CALENDARIZAÇÃO DAS COMPETIÇÕES

1. Propõe-se que as competições da “Campanha Viva o Atletismo” se desenrolem pela sequência apresentada na imagem seguinte. Será enquadrada esta sequência no Quadro Competitivo Regional e Nacional, tendo em consideração as sugestões apresentadas para cada competição nas propostas seguintes.



ARTIGO 4º. TORNEIO INTERASSOCIAÇÕES DE CORTA-MATO

1. O Torneio de Interassociações de Corta-mato destina-se a atletas das seleções de associações Distritais/Regionais, dos escalões Sub-16 (3 atletas masculinos e 3 atletas femininos).
2. Cada seleção será constituída no máximo por seis atletas de acordo com o ponto anterior.
3. O Torneio de Interassociações de Corta-mato realizar-se-á na mesma data e local dos Campeonatos Nacionais de Corta-Mato Longo.

CLASSIFICAÇÕES

4. Nesta prova haverá uma classificação individual por cada sexo.
5. Haverá uma classificação coletiva considerando, conjuntamente, ambos os sexos.
6. Serão atribuídos pontos de acordo com a ordenação da classificação individual em cada sexo: 1º classificado - 1 ponto, 2º classificado - 2 pontos e assim sucessivamente.
7. Vence a associação distrital/regional com o menor somatório das pontuações obtidas no conjunto das provas de ambos os sexos, sendo ordenadas primeiramente as equipas mais completas (primeiro com 6 elementos, depois com 5, depois com 4, e assim sucessivamente).
8. Em caso de empate, o desempate é feito a favor da associação com a melhor 6ª pontuação, depois com a melhor 5ª pontuação, e assim sucessivamente.

ARTIGO 5º. SALTO EM ALTURA EM SALA

1. O Salto em Altura em Sala consta da realização da prova de salto em altura em pavilhão desportivo (sempre que possível) e destina-se a atletas dos escalões Sub-14, Sub-16 e Sub-18, masculinos e femininos. Esta prova da Campanha Viva O Atletismo realiza-se apenas na fase de âmbito Distrital/Regional e é aberta a escolas e clubes. Sugere-se a sua realização no decorrer do mês de dezembro.

CLASSIFICAÇÕES

2. Haverá uma classificação individual por cada sexo e escalão etário.
3. A Classificação coletiva apura-se pelo somatório das marcas obtidas pelo atleta melhor classificado em cada sexo e escalão e será uma classificação única (englobando masculinos e femininos).
4. Primeiramente serão ordenadas na classificação coletiva as equipas mais completas (primeiro com 6 elementos, depois com 5, depois com 4, ...).
5. Será também elaborada nos mesmos moldes, e com base nos resultados publicados pelas associações distritais/regionais, uma Classificação Nacional de Clubes/Escolas do Salto em Altura em Sala.

ARTIGO 6º. TRIATLO TÉCNICO JOVEM

1. O Triatlo Técnico Jovem é uma competição dirigida a atletas masculinos e femininos dos escalões de Sub-14, Sub-16 e Sub-18. Haverá uma fase distrital/regional aberta a escolas e clubes e uma Final Nacional destinada às seleções de Associações Distritais/Regionais.
2. Cada seleção é constituída por seis (6) elementos: dois (2) do escalão Sub-14 (um de cada sexo); dois (2) do escalão de Sub-16 (um de cada sexo) e dois do escalão Sub-18 (um de cada sexo).
3. O Triatlo Técnico Jovem para cada um dos escalões será constituído pelas seguintes provas:

MASCULINOS			FEMININOS		
SUB-14	SUB-16	SUB-18	SUB-14	SUB-16	SUB-18
TRIATLO	TRIATLO	TRIATLO	TRIATLO	TRIATLO	TRIATLO
60m	60m Barreiras (84cm)	60m barreiras (91cm)	60m	60m Barreiras (76cm)	60m barreiras (76cm)
Comprimento	Comprimento	Altura	Comprimento	Comprimento	Altura
Peso (3kg)	Peso (4kg)	Peso (5kg)	Peso (2kg)	Peso (3kg)	Peso (3kg)

CLASSIFICAÇÕES

4. Haverá classificações individuais, por escalão e sexo, encontradas através do somatório das pontuações da tabela de provas combinadas, obtidos pelos atletas em cada uma das provas do Triatlo, sendo premiados os três primeiros em cada sexo.
5. Haverá igualmente uma classificação coletiva encontrada através do somatório das pontuações finais de todos os atletas (masculinos e femininos) de cada clube ou seleção.
6. Primeiramente serão ordenadas na classificação coletiva as equipas mais completas (primeiro com 6 elementos, depois com 5, depois com 4, ...).
7. Será também elaborada nos mesmos moldes, e com base nos resultados publicados pelas associações distritais/regionais, uma Classificação Nacional de Clubes do Triatlo Técnico Jovem.
8. Durante a Final Nacional serão premiados os três clubes com a maior pontuação.

ARTIGO 7º. ATLETA COMPLETO

1. O Torneio Atleta Completo é uma competição dirigida a atletas masculinos e femininos dos escalões de Sub-14 e Sub-16. Haverá uma fase distrital/regional e uma Final Nacional destinada às seleções de Associações Distritais/Regionais.
2. Cada seleção será constituída no máximo por quatro (4) atletas: um do escalão Sub-14 e um do escalão Sub-16, em cada sexo.
3. O Programa de cada escalão é constituído pelas seguintes disciplinas:

MASCULINOS		FEMININOS	
SUB-14	SUB-16	SUB-14	SUB-16
PENTATLO	HEPTATLO	PENTATLO	HEPTATLO
1º dia	1º dia	1º dia	1º dia
60m	80m	60m	80m barreiras (76cm)
Comprimento	Comprimento	Peso (2kg)	Dardo (500g)
	Dardo (600g)		Altura
2º dia	2º dia	2º dia	2º dia
60m barreiras (76cm)	100m barreiras (84cm)	60m barreiras (76cm)	80m
Peso (3kg)	Peso (4kg)	Comprimento	Comprimento
1.000m	Altura	1.000m	Peso (3kg)
	1.000m		800m

CLASSIFICAÇÕES

4. Neste torneio haverá uma classificação individual por escalão e sexo, encontrada através do somatório das pontuações das tabelas de provas combinadas, em cada prova.
5. Haverá igualmente uma classificação coletiva encontrada através do somatório das pontuações finais de todos os atletas (masculinos e femininos) de cada seleção.
6. Primeiramente serão ordenadas na classificação coletiva as equipas mais completas (primeiro com 4 elementos, depois com 3 e assim sucessivamente).
7. Será também elaborada, nos mesmos moldes e com base nos resultados publicados pelas associações distritais/regionais, uma Classificação Nacional de Clubes do Atleta Completo.
8. Durante a Final Nacional serão premiados os três clubes com a maior pontuação.

ARTIGO 8º. QUILÓMETRO JOVEM

1. O Quilómetro Jovem é uma competição dirigida a atletas masculinos e femininos dos escalões de Sub-14, Sub-16 e Sub-18. Esta prova da Campanha Viva O Atletismo realiza-se apenas na fase de âmbito Distrital/Regional, aberta a escolas e clubes.

CLASSIFICAÇÕES

2. Haverá uma classificação individual por cada sexo e escalão etário.
3. A classificação coletiva é encontrada através do somatório dos tempos obtidos por todos os atletas (masculinos e femininos) de cada clube, vencendo o clube que obtiver o menor somatório de tempos.
4. Primeiramente serão ordenadas na classificação coletiva as equipas mais completas (primeiro com 6 elementos, depois com 5, depois com 4 e assim sucessivamente).
5. Será também elaborada, nos mesmos moldes e com base nos resultados publicados pelas associações distritais/regionais, uma Classificação Nacional de Clubes do Quilómetro Jovem.

ARTIGO 9º. TORNEIO NACIONAL OLÍMPICO JOVEM

1. O Torneio Olímpico Jovem é uma competição dirigida a atletas masculinos e femininos dos escalões de Sub-14, Sub-16 e Sub-18.

2. Haverá uma fase distrital/regional abrangendo os três escalões e uma Final Nacional (apenas para os escalões de Sub-16 e Sub-18) destinada às seleções de Associações Distritais/Regionais.
3. As associações organizarão a fase distrital/regional nos moldes que considerarem mais adequados à sua realidade local.

FINAL NACIONAL

4. Cada seleção pode apresentar um máximo de 33 atletas.
5. Cada atleta pode participar em duas (2) provas individuais mais uma estafeta, não podendo competir em mais do que duas (2) provas na mesma jornada e desde que respeitando as restrições previstas para os respetivos escalões etários, nomeadamente:
 - a) Aos atletas Sub-16 e Sub-18, não será permitida a participação no mesmo dia em mais do que uma prova individual de distância igual ou superior a 300m.
6. Os atletas do escalão de Sub-16 não poderão competir nas provas do escalão de Sub-18.
7. As corridas de velocidade, barreiras e 800 metros, disputam-se em séries, elaboradas a partir das melhores marcas dos atletas.
8. Haverá Classificação Individual em cada prova.
9. Haverá Classificação Coletiva única, apurada através do somatório dos pontos obtidos pelos atletas (masculinos e feminino) de cada seleção em cada prova.
10. As pontuações em cada prova serão de 20 pontos até 1 ponto.
11. As classificações individuais das corridas, serão elaboradas em função dos tempos obtidos.
 - a) Em caso de tempos iguais em séries diferentes, os pontos serão repartidos.
12. Programa de provas:
 - a) Será realizado o programa completo de Sub-16 (incluindo a estafeta de 4X80m).
 - b) O programa de provas para Sub-18 será alternado entre anos pares e anos ímpares, de acordo com os seguintes quadros:

ANOS PARES	
SUB-18 MASCULINO	SUB-18 FEMININO
200m, 800m, 110m Barreiras, Altura, Peso	200m, 800m, 100m Barreiras, Comprimento, Dardo
Estafeta Medley: 100m (F) + 200m (M) + 300m (F) + 400m (M).	

ANOS ÍMPARES	
SUB-18 MASCULINO	SUB-18 FEMININO
100m, 1.500m, 400m Barreiras, Comprimento, Dardo,	100m, 1.500m, 400m Barreiras, Altura, Peso
Estafeta Medley: 100m (F) + 200m (M) + 300m (F) + 400m (M).	



FEDERAÇÃO PORTUGUESA ATLETISMO

