



PREFEITURA DE
CARIACICA

Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

GINCANA ESPORTIVA DOS IDOSOS 2019

DA ORGANIZAÇÃO:

Art. 1º - A Secretaria Municipal de Esporte e Lazer – SEMESP realizará na Estação Cidadania e Esporte a Terceira Gincana Esportiva do Idoso de Cariacica.

Parágrafo 1º - Local de realização: Estação Cidadania e Esporte, Ginásio Ademar Cunha, Rua Alameda da Frincasa, SN - Itacibá, Cariacica - ES, No dia 28 de setembro de 2019, às 8 horas.

Parágrafo 2º - A elaboração das tarefas da Gincana Esportiva dos idosos ficará a cargo Equipe de Professores (as) e Estagiários (as) da SEMESP.

Art. 2º - Só poderão participar das Provas, competidores (as) com idade igual e/ou superior a 60 anos, nascidos do ano de 1959 para baixo, comprovado com documento oficial com foto, nascidos de 1959 para baixo.

Art. 3º- Somente poderá participar das atividades quem apresentar antes do início das provas, documento oficial com foto, Ex: RG, CNH, e etc.

Art.4º- não será permitido entrar na quadra usando calçados com saltos, usar preferencialmente tênis.

DA INSCRIÇÃO

Art.3º - A Ficha de Inscrição deverá ser preenchida sob a orientação do Professor de cada Núcleo e entregue na SEMESP, a Comissão Organizadora, até o dia 20 de setembro de 2019. Nessa ficha todos os campos e dados devem estar corretamente preenchidos:

§ 1º - Cada equipe elegerá um Líder e um vice-líder para serem os responsáveis e representá-la junto com o Professor.

§ 2º - Cada Líder, Vice-líder e professor do núcleo, deverão confeccionar um crachá com a identificação da própria equipe e que será de uso obrigatório na entrega das atividades.

§ 3º - Poderá ocorrer a junção de dois ou mais núcleos para formar uma única equipe, sendo o mesmo professor responsável e somente um líder e um vice-líder, apresentar na ficha de inscrição.

DA COMISSÃO ORGANIZADORA E JULGADORA.

Art. 4º - A Comissão Organizadora e julgadora, da Gincana Esportiva dos Idosos será formada pelos seguintes servidores:

Ronaldy Siqueira Bastos- Matrícula 112847(ORGANIZAÇÃO)

(COMDIC 03 REPRESENTANTES)



PREFEITURA DE
CARIACICA

Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

DAS INFRAÇÕES:

Art. 5º - A Comissão Organizadora e Julgadora da **GINCANA ESPORTIVA DOS IDOSOS** acompanhará todas as ações e, será responsável pelo cumprimento de cada etapa das tarefas a serem realizadas nos horários designados para as mesmas.

Art. 6º - Em caso de descumprimento das regras, caberá exclusivamente à Comissão Organizadora e Julgadora a avaliação dos fatos e aplicação de sanções às equipes, se necessário.

Art. 7º - Caso haja contestações ou reclamações por parte das equipes participantes, os mesmos devem ser entregues por escrito, assinados pelo Líder, logo após o fato ocorrido, antes de iniciar a prova seguinte, ficando a avaliação a cargo da Comissão Organizadora e Julgadora, cuja decisão será final e indiscutível.

Art.8º- O ônibus irá passar no local e horário marcado para embarque, não podendo esperar. Caso haja necessidade do mesmo ônibus fazer duas viagens, o grupo que se localiza mais próximo da Estação Cidadania-Esporte.

Art.9- A ordem de apresentação será conforme a ordem de chegada de cada equipe.

DOS CRITÉRIOS DE CONTAGEM DE PONTOS

Art. 10º - A contagem de pontos será feita de acordo com a tabela abaixo.

***Cada equipe poderá ter no Máximo de 20 participantes.**

(PARA AS DISPUTAS, MAS TODOS DA EQUIPE A PARTIR DOS 60 ANOS RECEBERAM CAMISAS).

NUMÉRO MÁXIMO DE 20 PARTICIPANTES NAS ATIVIDADES (DANÇA GRUPO e GRITO DE GUERRA).

***GRITO DE GUERRA** – Os gritos de guerra servem como uma identificação da equipe.

1. Deverão constar no Grito de Guerra o nome da equipe e o nome Gincana.
2. A equipe deverá apresentar à Comissão Organizadora o Grito de Guerra por escrito no dia do cumprimento da tarefa.
3. O Grito de Guerra não poderá conter palavras de baixo calão (palavrões) sob pena de perder a pontuação da tarefa. – 10 a 50 pontos.

***IDOSO COM MAIOR IDADE HOMEM E MULHER** - Nascidos de 1959 para baixo, que participam dos grupos, e que o nome esteja na lista de presença do núcleo.



PREFEITURA DE
CARIACICA

Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

* **BOLICHE** – Cada equipe terá 03 chances de arremessar e derrubar os 10 pinos, com a distancia de três metros da linha limite de arremesso até os pinos. Será feito a somatória dos três arremessos e somando o total de pinos derrubados como pontuação para equipe, podendo usar até três arremessadores diferentes.

***DANÇA DO CASAL** – (forró musica será escolhida no dia pela comissão e terá um tempo de três minutos para apresentação, com todas as equipes se apresentando simultaneamente para comissão julgadora).

Será avaliado a desenvoltura, harmonia, ritmo e simpatia –

***CORRIDA DE 100 m NA PISTA DE ATLETISMO.**

O competidor que completar a prova no menor tempo leva para sua equipe 100 pontos. 90 2º, 85 3º, 80, 4º pontos acima. 01 Participante por equipe.

***BASQUETE** – Com o tempo de 01 um minuto para 02 representantes de cada equipe arremessar e somar no fim do minuto a quantidade de arremessos acertados dentro da cesta será a pontuação da equipe.

ORDEM DAS TAREFAS:

- 1º Grito de guerra.
- 2º Corrida de 100m.
- 3º Idoso e idosa com maior idade.
- 4º Boliche.
- 5º Basquete.
- 6º Dança de casal.



PREFEITURA DE
CARIACICA

Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

FICHA DE INSCRIÇÃO

NÚCLEO OU NÚCLEOS:

BAIRRO OU BAIROS:

NOME DA EQUIPE:

LIDER:

TELEFONE:

VICE LIDER:

TELEFONE:

PROFESSOR RESPONSÁVEL:



PREFEITURA DE
CARIACICA

Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

Gincana dos idosos

EQUIPE:	JURADO:
---------	---------

TAREFA	PONTO	TOTAL
GRITO DE GUERRA		
CORRIDA 100M		
IDOSO COM MAIOR IDADE HOMEM E MULHER		
BOLICHE	1º 2º 3º	
BASQUETE		
DANÇA DO GRUPO		
DANÇA DE CASAL		
TOTAL DE PONTOS		



PREFEITURA DE
CARIACICA

Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

APRESENTAÇÃO DAS EQUIPES

01 _____

02 _____

03 _____

04 _____

05 _____

06 _____

07 _____

08 _____

09 _____

10 _____

11 _____

12 _____

13 _____

14 _____

15 _____



PREFEITURA DE
CARIACICA

Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

Gincana Esportiva dos Idosos

Autoridades: _____

PARCEIROS

SEMAS.COMDIC. SEMUS. HOSPITAL MERIDIONAL.



PREFEITURA DE
CARIACICA

Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

PROGRAMAÇÃO

08H Início

Hino Nacional

FALA DAS AUTORIDADES

9:00 início das tarefas:

1º Grito de guerra.

2º Corrida de 100m.

3º Idoso e idosa com maior idade.

4º Boliche.

5º Basquete.

6º Dança de casal.



PREFEITURA DE
CARIACICA

Secretaria Municipal de Esporte e Lazer

COLOCAÇÃO

1º LUGAR	PONTOS
2º LUGAR	PONTOS
3º LUGAR	PONTOS
4º LUGAR	PONTOS
5º LUGAR	PONTOS
6º LUGAR	PONTOS
7º LUGAR	PONTOS
8º LUGAR	PONTOS
9º LUGAR	PONTOS
10º LUGAR	PONTOS
11º LUGAR	PONTOS
12º LUGAR	PONTOS
13º LUGAR	PONTOS