

# 1º PASSEIO DE BTT

## A.E. REDONDO



Redondo

Julho de 2016

Projeto elaborado  
por: Paulo Pires

# Índice

<b>Introdução .....</b>	<b>Pág. 2</b>
<b>Organização .....</b>	<b>Pág. 3</b>
<b>Objetivos .....</b>	<b>Pág. 3</b>
<b>Objetivos Gerais .....</b>	<b>Pág. 3</b>
<b>Objetivos Específicos .....</b>	<b>Pág. 3</b>
<b>Estrutura da Atividade e Estratégias a Implementar .....</b>	<b>Pág. 4</b>
<b>Público Alvo .....</b>	<b>Pág. 6</b>
<b>Segurança .....</b>	<b>Pág. 6</b>
<b>Patrocínios/Apoios .....</b>	<b>Pág. 7</b>
<b>Recursos .....</b>	<b>Pág. 8</b>
<b>Recursos Humanos .....</b>	<b>Pág. 8</b>
<b>Recursos Temporais e Espaciais .....</b>	<b>Pág. 8</b>
<b>Recursos Materiais .....</b>	<b>Pág. 8</b>
<b>Calendalização das Tarefas a Realizar .....</b>	<b>Pág. 10</b>
<b>Tarefas a Realizar Antes da Atividade .....</b>	<b>Pág. 10</b>
<b>Tarefas a Realizar Durante a Atividade .....</b>	<b>Pág. 11</b>
<b>Tarefas a Realizar Após a Atividade .....</b>	<b>Pág. 12</b>
<b>Avaliação da Atividade .....</b>	<b>Pág. 12</b>
<b>Anexos:</b>	
<b>Anexo 1 - Regulamento</b>	
<b>Anexo 2 - Cartaz</b>	
<b>Anexo 3 – Autorização do Encarregado de Educação</b>	
<b>Anexo 4 – Lista de Inscrições</b>	
<b>Anexo 5 – justificação de Faltas</b>	
<b>Anexo 6 – Diploma de Participação</b>	
<b>Anexo 7 – Carta para a Agência da Caixa de Crédito Agrícola</b>	
<b>Anexo 8 - Carta para a Agência da Caixa Geral de Depósitos</b>	
<b>Anexo 9 – Carta para o Intermarche</b>	
<b>Anexo 10 - Carta para o MiniPreço</b>	
<b>Anexo 11 - Carta para o Coviran</b>	
<b>Anexo 12 – Carta para os Bombeiros Voluntários de Redondo</b>	
<b>Anexo 13 – Carta para a GNR de Redondo</b>	
<b>Anexo 14 - Carta para a Câmara Municipal de Redondo</b>	
<b>Anexo 15 – Carta para a Comunicação Social</b>	
<b>Anexo 16 - Questionário</b>	

## Introdução

No dia 1 de Junho de 2017 (dia da criança) irá ser organizado pelo grupo de Educação Física o “1º Passeio de BTT do Agrupamento de Escolas de Redondo”, destinado aos alunos do agrupamento.

Considerando que a prática de atividade física é essencial ao desenvolvimento harmonioso das nossas crianças e jovens e de forma a estimular essa prática, o grupo de Educação Física entendeu ser muito vantajoso organizar uma atividade deste género, que conjugasse o contacto com a natureza e a prática de atividade física, ao mesmo tempo que estimula o convívio e a solidariedade entre todos.

Escolhemos o ciclismo e em especial a bicicleta todo-o-terreno (BTT) pois esta é uma forma económica e ecológica de praticar atividade física. Também tivemos em conta as boas condições que o concelho de Redondo e os concelhos limítrofes possuem para a prática do BTT e o elevado número de alunos que, pelo menos pontualmente, já praticam atividades de BTT. Esperamos deste modo estimular os alunos para uma prática mais regular, por parte daqueles que já praticam, ou para os outros experimentarem os prazeres do ciclismo.

Outra das nossas intenções com esta atividade, e talvez a mais importante, é estimular o uso quotidiano da bicicleta como meio de transporte e não apenas o seu uso para a prática desportiva. Isto reveste-se de grande importância uma vez que há excelentes condições para isso na vila de Redondo e arredores (os desníveis não são muito elevados e as estradas não têm muito trânsito) e a utilização da bicicleta iria evitar bastante a utilização do carro para as deslocações dos alunos, reduzindo a pegada ecológica e aumentando a autonomia dos mesmos.

Desta forma optámos por organizar um passeio de BTT com 2 níveis de dificuldade diferentes consonante o nível dos alunos, de modo a abarcar o maior número de participantes, bem como realizar alguns dias antes 2 sessões de gincanas e jogos de bicicleta, para a melhoria do nível técnico dos alunos, e também sessões de mecânica de bicicletas, onde os alunos poderão aprender mais sobre a temática e fazer pequenas reparações nas suas bicicletas.

# Organização

Esta atividade é organizada pelo grupo de Educação Física do Agrupamento de Escolas de Redondo, tendo a colaboração da equipa responsável pelo PES (Programa de Educação para a Saúde), 4 alunos experimentados no BTT, 1 docente de História, 1 docente de Biologia, os Bombeiros Voluntários de Redondo, a GNR de Redondo e a Câmara Municipal de Redondo.

# Objetivos

## **Objetivos Gerais:**

- Promover hábitos de vida saudável;
- Promover a interação entre os alunos do Agrupamento;
- Promover a segurança rodoviária.

## **Objetivos Específicos:**

- Promover a atividade física ao ar livre;
- Incentivar os alunos à prática do BTT;
- Incentivar os alunos à utilização da bicicleta no quotidiano;
- Desenvolver o convívio entre os participantes;
- Promover o espírito de equipa;
- Identificar regras de trânsito;
- Identificar o material necessário para circular na estrada em segurança;
- Adquirir conhecimentos técnicos acerca do ciclismo em BTT;
- Adquirir conhecimentos básicos acerca da mecânica da bicicleta (encher e esvaziar um pneu, mudar uma câmara de ar, afinar os travões, ajustar a altura do selim, etc.)

# **Estrutura da Atividade e Estratégias a Implementar**

Este passeio pretende passar a ser uma atividade de referência no plano anual de atividades do agrupamento, tendo uma periodicidade anual e sendo realizado sempre no dia 1 de junho (dia da criança), tornando-se assim um dia de celebração e partilha entre todos. Caso o dia 1 seja no fim-de semana a atividade será realizada na sexta-feira antes ou na segunda-feira posterior. Em 2017 o passeio será realizado a uma quinta-feira.

A atividade vai decorrer ao longo de 3 dias, sendo os 2 primeiros os dias 24 e 31 de maio (quarta-feira) onde durante toda a tarde vão estar disponíveis no polidesportivo exterior da escola os docentes de educação física e 4 alunos experientes na prática do BTT para fazer pequenas reparações e afinações nas bicicletas dos alunos que queiram comparecer. Os alunos poderão também aprender e praticar a forma de fazer afinações e reparações nas suas bicicletas. Em simultâneo estarão disponíveis 2 gincanas e alguns jogos com bicicletas para que os alunos possam melhorar a sua técnica sob a supervisão e aconselhamento dos docentes.

O 3º dia é o dia do passeio de BTT, dia 1 de junho (quinta-feira). Haverá 2 percursos, 1 de dificuldade moderada com 26km e aproximadamente 478m de subida acumulada e 1 fácil de 16 km e aproximadamente 300m de subida acumulada.

A concentração de todos os participantes é feita junto à entrada principal da escola às 8h30 para que se proceda ao briefing, confirmação dos participantes e todo o material indispensável. Também neste período será feita uma intervenção da equipa do PES alertando para a importância da utilização do protetor solar e uma correta hidratação durante o passeio.

A partida para o passeio será às 9h. O grupo será sempre acompanhado por uma viatura todo-o-terreno da GNR, uma dos Bombeiros e uma da câmara municipal (com capacidade para o transporte de bicicletas danificadas ou com avarias) e terá sempre um docente na frente do grupo e outro a fechar. Sempre que o percurso seguir por

estrada a viatura da GNR seguirá na frente do grupo de forma a zelar pela segurança, enquanto as outras viaturas seguem no final do grupo. Quando o percurso se desenrolar fora de estrada todas as viaturas seguirão no final do grupo para não perturbarem os ciclistas com a poeira que naturalmente levantam.

O percurso durante a manhã decorrerá por caminhos agrícolas e florestais durante 14km. Após 14km chegamos ao local conhecido como “Rocha da Mina”, um importante monumento megalítico da região com ampla zona de descanso e um ribeiro que ajuda a refrescar um pouco o ambiente. A hora prevista de chegada a este local é 11h30. Naturalmente haverá diversas paragens durante o percurso, sempre que os docentes considerem pertinente, para que os alunos possam beber água ou comer algo e também para o grupo se reagrupar.

Na “Rocha da Mina” iremos almoçar, descansar e confraternizar um pouco. Chegados aqui o almoço será oferecido pela organização, consistindo em frango de churrasco, com pão, batatas fritas e fruta variada ou qualquer comida similar. Vamos procurar encontrar apoios que possam oferecer ou pelo menos comparticipar boa parte da despesa referente ao almoço. Caso estes apoios não existam terá que ser o orçamento do Desporto Escolar da escola a suportar a despesa, mas entendemos que isso não virá a ser necessário.

Após o almoço o docente de história realizará com os alunos uma visita guiada pelo complexo megalítico e o docente de biologia falará acerca do ecossistema que podemos encontrar no local, mostrando um pouco da sua biodiversidade, ajudando-os a identificar algumas espécies e alertando-os para a necessidade permanente de proteger o ambiente.

Por volta das 15h00 o grupo que vai continuar de bicicleta durante mais 12km vai partir em direção à Vila de Redondo. Estes últimos 12km são mais rápidos pois apesar de ainda haverem quase 240m de subida acumulada para fazer, há um troço de estrada de 3km numa zona onde não era possível seguir por um caminho alternativo, o que acelera um pouco o ritmo. A chegada do grupo à escola está prevista para as 17h.

Os alunos que realizam o percurso mais curto (16km) seguem durante 2km por um caminho alternativo até à estrada, onde depositarão as bicicletas na carrinha que vai estar à sua espera e serão transportados no autocarro da câmara municipal até à escola. Este grupo tem chegada prevista à escola às 16h.

Quando o primeiro grupo chega à escola vai concentrar-se no polidesportivo exterior realizando jogos de bicicleta até à chegada do grupo que realiza o percurso maior. Quando todos os alunos estão reunidos são feitas as fotos da praxe, todos preenchem a ficha de avaliação da atividade e recebem um diploma de participação.

Em caso de avaria nas bicicletas durante o percurso, se não for possível a sua reparação imediata, os alunos serão transportados na carrinha de apoio.

No que diz respeito à segurança, será obrigatório o uso de capacete por parte de todos os participantes e fortemente incentivado o uso de protetor solar, a fim de evitar possíveis queimaduras, e o consumo de água para manter o corpo bem hidratado.

### **Público Alvo:**

- Nas gincanas, jogos e sessões de mecânica podem participar todos os alunos do agrupamento desde o 1º ano até ao 12º ano.
- No passeio de BTT apenas podem participar os alunos do 5º até ao 12º ano.

### **Segurança:**

- Em todas as atividades em que os alunos andem de bicicleta (gincana, jogos e passeio) será obrigatório o uso de capacete.
- Nas atividades na escola estarão sempre presentes docentes que zelarão pelo desenrolar normal das atividades e cumprimento das regras.
- Na escola há estojo de primeiros socorros sempre pronto para qualquer eventualidade.
- Caso haja um acidente que necessite de intervenção médica será chamada a ambulância dos bombeiros. Não consideramos necessária a presença dos bombeiros na atividade na escola uma vez que devido à proximidade, caso seja necessário a ambulância pode estar na escola em 5 minutos.
- No passeio de BTT o grupo será sempre acompanhado por uma viatura da GNR e outra dos bombeiros devidamente equipada, a primeira para zelar pela segurança rodoviária (onde seja necessário) e a outra para poder agir rapidamente em caso de acidente.

- Estarão sempre docentes na liderança e no final do grupo de forma a garantir que nenhum aluno se perde. Durante o percurso serão também auxiliados por 4 alunos experientes e responsáveis na prática do BTT.
- Na carrinha de apoio será transportada água e alguma comida (fruta e barras energéticas) de forma a que nunca falte aos alunos durante o percurso.

### **Patrocínios/Apoios:**

- Apoio da equipa responsável pelo PES (Programa de Educação para a Saúde) do agrupamento;
- Apoio de alguns alunos e docentes da nossa escola, nomeadamente 4 alunos experimentados no BTT, a equipa responsável pelo PES (Programa de Educação para a Saúde), 1 docente de História e 1 docente de Biologia;
- Apoio dos Bombeiros Voluntários de Redondo;
- Apoio da GNR de Redondo;
- Apoio da Câmara Municipal de Redondo;
- Possível patrocínio do Intermarché, MiniPreço e Coviran na cedência de águas e/ou alimentação;
- Possível patrocínio financeiro de empresas como a J.C.Salvador LDA., Adega Cooperativa de Redondo, Caixa de Crédito Agrícola e Caixa Geral de Depósitos;
- Possível apoio da Rodoviária do Alentejo permitindo excepcionalmente que os alunos que o desejarem possam transportar a bicicleta no autocarro de e para a escola no dia da atividade.

# Recursos

## **Recursos Humanos:**

- Os 4 docentes do Grupo de Educação Física;
- 2 docentes da equipa responsável pelo PES;
- 4 alunos com experiência no BTT;
- 1 docente de História;
- 1 docente de Biologia;
- 2 agentes da GNR de Redondo;
- 2 elementos dos Bombeiros Voluntários de Redondo.

## **Recursos Temporais e Espaciais**

- Tardes dos dias 24 e 31/05/2016 no polidesportivo exterior da escola, para e reparação/afinação de bicicletas e realização de gincanas e jogos.
- Todo o dia 1/06/2016 para realização do passeio de BTT, com passagem em diversos locais (ver mapa), com especial atenção para a “Rocha da Mina” onde será realizada a pausa para o almoço e confraternização.
- Vários dias durante o ano letivo para fazer o reconhecimento do percurso e realizar todos os contactos necessários com as diversas entidades e pessoas envolvidas.

## **Recursos Materiais**

- Bicicletas (cada participante tem que trazer a sua);
- Capacetes (cada participante tem que trazer o seu);
- 1 Malas de primeiros socorros;
- 1 viatura todo-o terreno da câmara municipal com capacidade para o transporte de várias bicicletas;
- 1 autocarro/carrinha para transportar os alunos do percurso curto de volta ao Redondo;
- 1 viatura todo-o-terreno da GNR

- 1 viatura todo-o-terreno dos Bombeiros
- Almoço para todos os participantes;
- Garrações de água suficientes para o almoço e para o abastecimento dos participantes durante o percurso;
- Pinos e cordas para a realização das gincanas;
- Ferramentas de reparação de bicicletas (quer para os 2 dias de atividade na escola, quer para o dia do passeio);
- Algumas peças de substituição como câmaras-de-ar e cabos de travão para reparações simples (quer para os 2 dias de atividade na escola, quer para o dia do passeio).

# Calendarização das Tarefas a Realizar

## Tarefas a realizar antes da atividade:

- Solicitar colaboração dos Bombeiros Voluntários de Redondo (viatura e bombeiros para acompanhar o passeio);
- Solicitar colaboração da GNR de Redondo (viatura e agentes para acompanhar o passeio);
- Solicitar colaboração da Câmara Municipal de Redondo (carrinha com capacidade para transportar bicicletas e transporte para os alunos desde a Rocha da Mina);
- Solicitar apoio ao Intermarché (águas e/ou alimentação);
- Solicitar apoio ao MiniPreço (águas e/ou alimentação);
- Solicitar apoio ao Coviran (águas e/ou alimentação);
- Solicitar apoio à empresa J.C.Salvador LDA. (financeiro);
- Solicitar apoio à empresa Adega Cooperativa de Redondo (financeiro);
- Solicitar apoio à empresa Caixa de Crédito Agrícola (financeiro);
- Solicitar apoio à empresa Caixa Geral de Depósitos (financeiro);
- Solicitar compreensão à empresa Rodoviária do Alentejo para que permita excepcionalmente que os alunos que o desejarem possam transportar a bicicleta no autocarro de e para a escola no dia da atividade.
- Pensar e preparar as gincanas e os jogos a realizar com os alunos na escola;
- Definir o percurso a realizar;
- Recolher as inscrições e preparar a lista de participantes;
- Elaborar as autorizações para os Encarregados de Educação;
- Elaborar e afixar os cartazes de divulgação da atividade;
- Elaborar os diplomas de participação;
- Elaborar as regras de segurança para os participantes;
- Informar a comunicação social da região acerca do evento;
- Estruturar o briefing;
- Elaborar o Regulamento.

### **Tarefas a realizar durante a atividade:**

- No dia 24 e 31/05/2017 estar presente e disponível com material de reparação de bicicletas. Montar a gincana para os alunos;
- Reunir todos os participantes 30 min antes do início da prova;
- Realizar a chamada dos participantes;
- Briefing;
- Colocar as mochilas dos participantes e os garrafões de água na carrinha de apoio;
- Verificar se todos os participantes estão devidamente equipados;
- Acompanhar os participantes;
- Distribuir o almoço por todos os participantes;
- Certificar que temos caixotes do lixo no local e não permitir que fique qualquer lixo após o almoço;
- Realizar a chamada dos participantes depois do almoço;
- Juntar os alunos para a visita guiada ao monumento megalítico (com o docente de história) e conversa ecológica e ambiental (com o docente de biologia);
- Verificar se todos os alunos que querem realizar o resto do percurso até à escola de bicicleta estão em condições físicas de o fazer. Caso haja alunos com vontade de o fazer mas que notoriamente já não dispõem de condições para tal, conversar com eles e fazer-lhes ver que é melhor ficarem por ali e voltar no ano seguinte mais preparado. Em último caso a opinião do professor prevalece sempre, até para proteger a integridade do aluno;
- Confirmar que estão todos os alunos e acompanhar novamente os participantes;
- Para os docentes que seguiram diretamente para a escola, orientar os jogos de bicicleta enquanto o primeiro grupo aguarda pela chegada dos restantes colegas;
- Tirar fotos de todo o grupo após a chegada;
- Distribuir aos alunos as fichas de avaliação da atividade;
- Distribuir os certificados no final da atividade.
- Ao longo de todo o dia fazer registo fotográfico e em vídeo da atividade.

## **Tarefas depois da atividade:**

- Arrumar todo o material;
- Justificar as faltas;
- Elaborar e enviar cartas de agradecimento para as entidades colaborantes;
- Enviar a notícia do evento para a comunicação social;
- Analisar os resultados da avaliação feita pelos alunos e fazer a avaliação final da atividade.

## **Avaliação da Atividade**

A avaliação da atividade é fundamental para que se possa analisar o grau de sucesso obtido com a sua implementação, quer ao nível de satisfação dos participantes quer ao nível do sucesso no cumprimento dos objetivos a que nos propoemos.

Vamos fazer a avaliação de duas formas:

- Através da análise dos questionários distribuídos a todos os participantes no final da atividade;
- Em reunião de grupo de Educação Física onde iremos discutir os resultados do inquérito aos alunos e a nossa própria perceção durante a atividade, procurando deste modo encontrar os pontos fortes a manter no futuro e os menos bons que necessitam de ser melhorados.

Devemos analisar detalhadamente os vários aspetos como por exemplo:

- O percurso: se era adequado às capacidades físicas dos alunos, se era agradável, se era seguro, se foi boa ideia a divisão dos alunos por 2 percursos com graus de dificuldade diferentes, etc.;
- Como correu a fase de preparação e organização: quais as maiores dificuldades, o que correu bem e mal, etc.;
- O local do almoço: se tinha as condições adequadas, se era agradável, se tinha sombra suficiente, etc.;

No final desta reunião será elaborado um relatório final da atividade.

# Anexos

Anexo 1

# 1º PASSEIO DE BTT

## A.E. REDONDO

A mountain biker in a blue and white jersey is riding through a rocky stream, splashing water. Another biker is visible in the background on a dirt path. The scene is set in a lush, green environment with trees and a blue sky with clouds.

**Regulamento**

“pela sua saúde pedale”

## Introdução

Os docentes do grupo de Educação Física vão realizar no próximo dia 1 de junho (dia da criança) o “1º Passeio de BTT do Agrupamento de Escolas de Redondo”.

Ao promover esta atividade o grupo de Educação Física tem como principais objetivos promover hábitos de vida saudável, promover a interação entre alunos do agrupamento e promover a segurança rodoviária.

A atividade vai ter 3 dias:

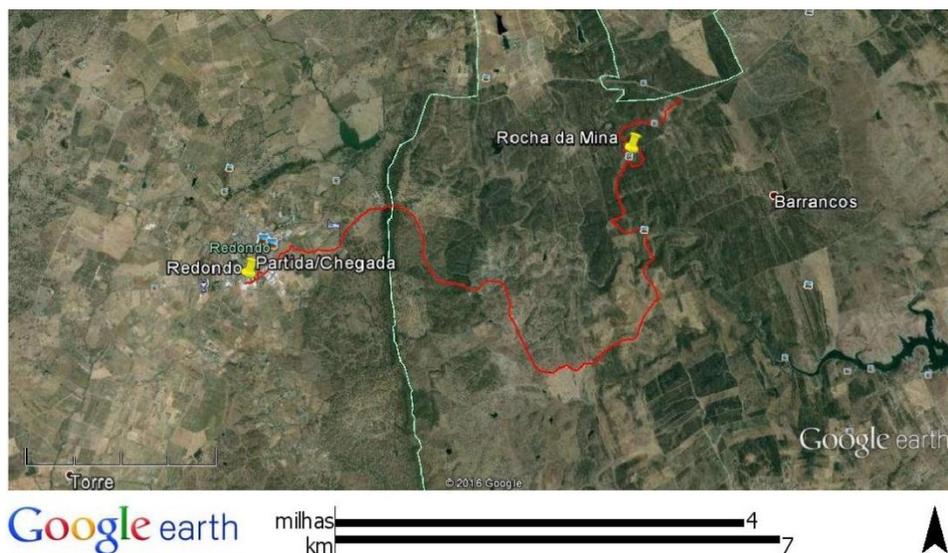
- Tardes dos dias 24 e 31 de maio onde os alunos poderão realizar gincanas e jogos de bicicleta no polidesportivo exterior da escola, bem como aprender um pouco acerca de mecânica e afinação de bicicletas (podem mesmo trazer a bicicleta para pequenas reparações ou afinações). Nestes dias a atividade começa às 14h e termina às 17h30;
- Passeio de BTT por caminhos agrícolas e florestais com almoço oferecido pela escola na passagem pelo monumento megalítico “Rocha da Mina”. A atividade tem início às 8h30 e termina às 17h

As inscrições deverão ser feitas junto dos professores de Educação Física.

## Percursos

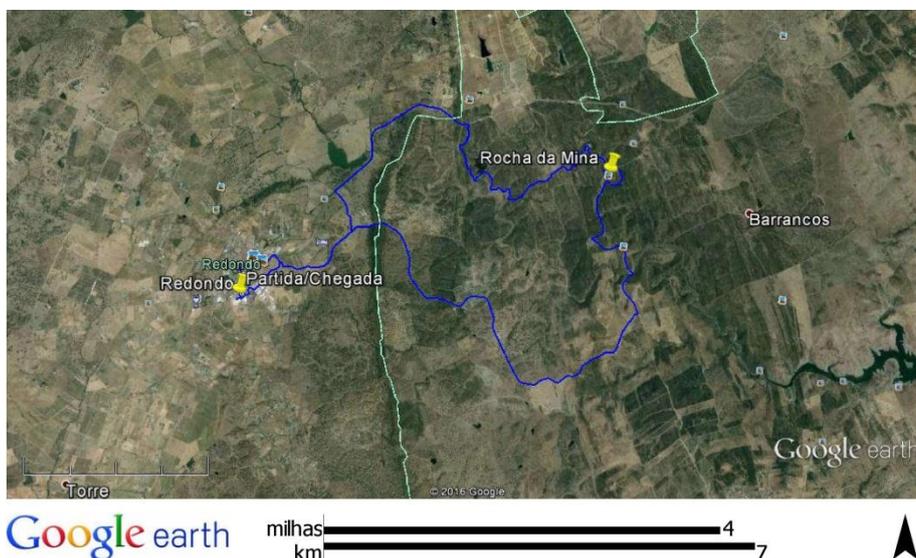
### Percurso de 16km (subida acumulada – 300m /dificuldade - fácil)

- Escola > Estrada das Hortinhas > Rocha da Mina (almoço) > Estrada Redondo/Alandroal > Escola (de autocarro)



### Percurso de 26km (subida acumulada – 478m /dificuldade - moderada)

- Escola > Estrada das Hortinhas > Rocha da Mina > Estrada das Hortinhas > Escola



## Regras

- Obrigatório usar capacete;
- Não deitar lixo para o chão;
- Cumprir sempre as instruções dadas pelos docentes;
- Não ultrapassar o docente que lidera o grupo;
- Não ficar atrás do docente que fecha o grupo;
- Usar protetor solar (não obrigatório mas altamente recomendável);
- Em caso de lesão dirigirem-se aos responsáveis do passeio;
- Andar sempre com atenção ao percurso e aos colegas;
- Não usar auscultadores ou telemóvel quando estiverem a circular de bicicleta;
- Quando circularem na estrada vão sempre encostados ao lado direito da estrada e em fila indiana (nunca ao lado dos colegas);
- Dar sempre espaço para os colegas que vão à nossa frente e ao nosso lado porque eles podem mudar de direção ou travar e caso estejamos muito perto pode ocorrer uma queda.

Anexo 2

# 1º PASSEIO DE BTT

## A.E. REDONDO

*Dia 1 de Junho*

Início: 8h30

Final: 17h

*“pela sua saúde pedale”*

Para te inscreveres informa-te junto do  
teu Professor de Educação Física



## **Autorização do Encarregado de Educação**

### **- 1º Passeio de BTT do Agrupamento de Escolas de Redondo -**

No próximo dia 1 de junho (quinta-feira) o Grupo de Educação Física vai organizar o 1º Passeio de BTT do Agrupamento de Escolas de Redondo.

Os percursos decorre quase exclusivamente por caminhos de terra batida e caminhos agrícolas à volta da vila de Redondo. A escola oferece o almoço na “Rocha da Mina” a todos os alunos participantes. Caso deseje conhecer o percurso com mais pormenor visite o facebook do desporto escolar da nossa escola onde estão disponíveis os ficheiros do percurso (google earth).

O percurso 1 será de dificuldade fácil, tendo cerca de 16km de extensão e 300 metros de subida acumulada.

- Percurso1 : Escola > Estrada das Hortinhas > Rocha da Mina (almoço) > Estrada Redondo/Alandroal > Escola (regresso de autocarro)

O percurso 2 será de dificuldade moderada, tendo cerca de 26km de extensão e 478 metros de subida acumulada.

- Percurso2 : Escola > Estrada das Hortinhas > Rocha da Mina (almoço) > Estrada das Hortinhas > Escola

O início do passeio será às 8h30 estado a chegada prevista para as 17h00.

Os alunos devem trazer o seguinte material obrigatório:

- **Bicicleta;**
- **Capacete;**
- **Equipamento apropriado para a prática de atividade desportiva (não poderão participar alunos por exemplo em calças de ganga);**
- **Garrafa de água ou cantil (a organização irá fornecer água durante o percurso mas cada aluno deve ter o seu recipiente);**
- **Lanche para comer durante o percurso;**
- **Pequena mochila para transporte de água, comida e roupa.**

Material recomendado:

- **Protetor solar;**
- **Óculos de sol;**
- **Luvas de ciclismo.**

Inserido nesta atividade o grupo de Educação Física vai também organizar nos dias 24 e 31 de maio, entre as 14h e as 17h30, no polidesportivo exterior da escola, gincanas e jogos de bicicleta, bem como sessões de mecânica e afinação de bicicletas. Desta forma os alunos podem melhorar a sua técnica de forma lúdica e também aprender a fazer pequenas reparações ou afinações na bicicleta. Podem mesmo trazer a sua bicicleta para que os professores e outros colegas mais experientes os ajudem a preparar a bicicleta para o passeio de BTT.

As atividades de dia 24 e 31 de maio estão abertas a todos os alunos do agrupamento, desde o 1º até ao 12º ano.

O passeio de BTT está aberto apenas á participação dos alunos do 5º ao 12º ano.

O Encarregado de Educação pode autorizar o seu educando a participar em todas as atividades referidas ou apenas em algumas delas.

**Nota:** Durante estas atividades os alunos estarão sempre abrangidos pelo seguro escolar, como aliás acontece em todas as atividades do Plano Anual de Atividades do Agrupamento

☐-----

Eu, \_\_\_\_\_, Encarregado de Educação do aluno \_\_\_\_\_, n.º \_\_\_\_\_, da turma \_\_\_\_\_, do \_\_\_\_\_ ano, BI/CC n.º \_\_\_\_\_, do Agrupamento de Escolas de Redondo, venho por este meio:

- AUTORIZAR/NÃO AUTORIZAR (riscar o que não interessa) o meu educando a participar, no 1º Passeio de BTT do Agrupamento de Escolas de Redondo, a realizar no dia 1 de junho de 2017 (quinta-feira).
- AUTORIZAR/NÃO AUTORIZAR (riscar o que não interessa) o meu educando a participar, nas atividade de BTT a realizar na escola no dia 24 de maio de 2016
- AUTORIZAR/NÃO AUTORIZAR (riscar o que não interessa) o meu educando a participar, nas atividade de BTT a realizar na escola no dia 31 de maio de 2016

Assinatura do(a) Encarregado(a) de Educação:

\_\_\_\_\_

Caso seja necessário, o Encarregado de Educação poderá ser contactado:

Telemóvel: \_\_\_\_\_ Telefone do emprego: \_\_\_\_\_





## Desporto Escolar - Justificação de Faltas -

Os alunos abaixo mencionados participaram no **1º Passeio de BTT do Agrupamento de Escolas de Redondo** que teve lugar no dia 01/06/2017 (quinta). A saída da escola realizou-se às 9h e a chegada às 17h00.

Nome	Número	Turma

Data: 2/06/2017

O professor

---

# Díploma



Certificamos que o(a) aluno(a) \_\_\_\_\_  
participou no “1º Passeio de BTT” do Agrupamento de Escolas de Redondo, no dia 1 de  
Junho de 2017.

Redondo, 1 de Junho de 2017

\_\_\_\_\_  
O grupo de Educação Física



Ex.mo Sr. Diretor da  
Agência da Caixa de Crédito Agrícola de Redondo

Assunto: apoio para o projeto “1º Passeio de Btt do A.E. Redondo”

Ex.mo Sr.:

O grupo de Educação Física vai organizar no dia 1 de Junho de 2017 o “1º Passeio de BTT” destinado aos alunos do Agrupamento.

Esta atividade, tem como principais objetivos promover hábitos de saúde e atividade física, promover a interação entre alunos do agrupamento e promover a segurança rodoviária.

Neste sentido, vimos por este meio solicitar a Vª Exª um pequeno apoio para o evento, financeiro ou sob outras formas.

Sem mais de momento e desde já gratos pela atenção dispensada.

Redondo, 3 de outubro de 2016

O grupo de Educação Física

---



Ex.mo Sr. Diretor da  
Agência da Caixa Geral de Depósitos de Redondo

Assunto: apoio para o projeto “1º Passeio de Btt do A.E. Redondo”

Ex.mo Sr.:

O grupo de Educação Física vai organizar no dia 1 de Junho de 2017 o “1º Passeio de BTT” destinado aos alunos do Agrupamento.

Esta atividade, tem como principais objetivos promover hábitos de saúde e atividade física, promover a interação entre alunos do agrupamento e promover a segurança rodoviária.

Neste sentido, vimos por este meio solicitar a Vª Exª um pequeno apoio para o evento, financeiro ou sob outras formas.

Sem mais de momento e desde já gratos pela atenção dispensada.

Redondo, 3 de outubro de 2016

O grupo de Educação Física

---



Ex.mo Sr. Diretor do Intermarche de Redondo

Assunto: apoio para o projeto “1º Passeio de Btt do A.E. Redondo”

Ex.mo Sr.:

O grupo de Educação Física vai organizar no dia 1 de Junho de 2017 o “1º Passeio de BTT” destinado aos alunos do Agrupamento.

Esta atividade, tem como principais objetivos promover hábitos de saúde e atividade física, promover a interação entre alunos do agrupamento e promover a segurança rodoviária.

Neste sentido, vimos por este meio solicitar a Vª Exª apoio para o evento através da disponibilização de comida para o almoço dos alunos, e água, fruta e barras energéticas para distribuir aos participantes durante a atividade.

Sem mais de momento e desde já gratos pela atenção dispensada.

Redondo, 3 de outubro de 2016

O grupo de Educação Física

---



Ex.mo Sr. Diretor do Mini Preço de Redondo

Assunto: apoio para o projeto “1º Passeio de Btt do A.E. Redondo”

Ex.mo Sr.:

O grupo de Educação Física vai organizar no dia 1 de Junho de 2017 o “1º Passeio de BTT” destinado aos alunos do Agrupamento.

Esta atividade, tem como principais objetivos promover hábitos de saúde e atividade física, promover a interação entre alunos do agrupamento e promover a segurança rodoviária.

Neste sentido, vimos por este meio solicitar a Vª Exª apoio para o evento através da disponibilização de comida para o almoço dos alunos, e água, fruta e barras energéticas para distribuir aos participantes durante a atividade.

Sem mais de momento e desde já gratos pela atenção dispensada.

Redondo, 3 de outubro de 2016

O grupo de Educação Física

---



Ex.mo Sr. Diretor do Coviran de Redondo

Assunto: apoio para o projeto “1º Passeio de Btt do A.E. Redondo”

Ex.mo Sr.:

O grupo de Educação Física vai organizar no dia 1 de Junho de 2017 o “1º Passeio de BTT” destinado aos alunos do Agrupamento.

Esta atividade, tem como principais objetivos promover hábitos de saúde e atividade física, promover a interação entre alunos do agrupamento e promover a segurança rodoviária.

Neste sentido, vimos por este meio solicitar a Vª Exª apoio para o evento através da disponibilização de comida para o almoço dos alunos, e água, fruta e barras energéticas para distribuir aos participantes durante a atividade.

Sem mais de momento e desde já gratos pela atenção dispensada.

Redondo, 3 de outubro de 2016

O grupo de Educação Física

---



Ex.mo Sr. Comandante dos Bombeiros  
Voluntários de Redondo

Assunto: apoio para o projeto “1º Passeio de Btt do A.E. Redondo”

Ex.mo Sr.:

O grupo de Educação Física vai organizar no dia 1 de Junho de 2017 o “1º Passeio de BTT” destinado aos alunos do Agrupamento.

Esta atividade, tem como principais objetivos promover hábitos de saúde e atividade física, promover a interação entre alunos do agrupamento e promover a segurança rodoviária.

O percurso irá iniciar-se pelas 9 h na Escola Secundária de Redondo seguindo por caminhos agrícolas e florestais até à Rocha da Mina e desde aí, novamente até à escola. O final da atividade está previsto pelas 17 h.

Serve a presente para solicitar a Vossa Senhoria a comparência de uma viatura todo-o-terreno com 2 bombeiros para fazer o acompanhamento desta atividade.

Segue em anexo o mapa do percurso a realizar.

Sem mais de momento e desde já gratos pela atenção dispensada.

Redondo, 3 de outubro de 2016

O grupo de Educação Física

---



Ex.mo Sr. Comandante da GNR de Redondo

Assunto: apoio para o projeto “1º Passeio de Btt do A.E. Redondo”

Ex.mo Sr.:

O grupo de Educação Física vai organizar no dia 1 de Junho de 2017 o “1º Passeio de BTT” destinado aos alunos do Agrupamento.

Esta atividade, tem como principais objetivos promover hábitos de saúde e atividade física, promover a interação entre alunos do agrupamento e promover a segurança rodoviária.

O percurso irá iniciar-se pelas 9 h na Escola Secundária de Redondo seguindo por caminhos agrícolas e florestais até à Rocha da Mina e desde aí, novamente até à escola. O final da atividade está previsto pelas 17 h.

Serve a presente para solicitar a Vossa Senhoria a comparência de uma viatura todo-o-terreno com 2 agentes para fazer o acompanhamento desta atividade.

Segue em anexo o mapa do percurso a realizar.

Sem mais de momento e desde já gratos pela atenção dispensada.

Redondo, 3 de outubro de 2016

O grupo de Educação Física

---



Ex.mo Sr. Presidente da  
Camara Municipal de Redondo

Assunto: apoio para o projeto “1º Passeio de Btt do A.E. Redondo”

Ex.mo Sr.:

O grupo de Educação Física vai organizar no dia 1 de Junho de 2017 o “1º Passeio de BTT” destinado aos alunos do Agrupamento.

Esta atividade, tem como principais objetivos promover hábitos de saúde e atividade física, promover a interação entre alunos do agrupamento e promover a segurança rodoviária.

O percurso irá iniciar-se pelas 9 h na Escola Secundária de Redondo seguindo por caminhos agrícolas e florestais até à Rocha da Mina e desde aí, novamente até à escola. O final da atividade está previsto pelas 17 h.

Serve a presente para solicitar a V/Ex.ª a cedência de 1 viatura todo-o-terreno ou uma carrinha de caixa aberta, para fazer o acompanhamento desta atividade entre as 9:00 h e as 17:00 h, bem como o transporte em carrinhas ou em autocarro dos alunos desde o acesso para a Rocha da Mina até à escola (sensivelmente às 15h45).

Segue em anexo o mapa do percurso.

Sem mais de momento e desde já gratos pela atenção dispensada.

Redondo, 3 de outubro de 2016

O grupo de Educação Física

---



Ex.mo Sr. Diretor do Diário do Sul

Assunto: divulgação do projeto “1º Passeio de Btt do A.E. Redondo”

Ex.mo Sr.:

O grupo de Educação Física vai organizar no dia 1 de Junho de 2017 o “1º Passeio de BTT” destinado aos alunos do Agrupamento.

Como tal, vimos por este meio solicitar a Vossa colaboração, através da inclusão da seguinte notícia, na edição no dia 31 de Maio, do Diário do Sul:

“O grupo de Educação Física irá organizar, no dia 1 de Junho, o “1º Passeio de BTT”, destinado aos alunos de todo o Agrupamento.

Esta atividade, inserida nas comemorações do Dia Mundial da Criança, tem como principais objetivos promover hábitos de vida saudável, promover a interação entre os alunos do agrupamento e promover a segurança rodoviária.

Durante o percurso os alunos terão o acompanhamento dos professores do Agrupamento de Escolas de Redondo, da GNR de Redondo, dos Bombeiros Voluntários de Redondo e da carrinha de apoio da Câmara Municipal de Redondo.

Os alunos farão um percurso circular por caminhos agrícolas e florestais com cerca de 26km e 478m de subida acumulada, com paragem para almoço no monumento megalítico conhecido com “Rocha da Mina” e regresso à vila de Redondo durante a tarde.

Esta atividade terá o apoio da Caixa de Crédito Agrícola de Redondo, Caixa Geral de Depósitos de Redondo, MiniPreço de Redondo, Intermarche de Redondo, Coviran de Redondo, Bombeiros Voluntários de Redondo, GNR de Redondo e Câmara Municipal de Redondo a quem desde já agradecemos a colaboração.”

Sem mais de momento e desde já gratos pela atenção dispensada.

Redondo, 3 de outubro de 2016

O grupo de Educação Física

---

# Questionário

Este questionário é anónimo e tem como objetivo avaliar a opinião dos participantes no “1º Apseio de BTT” do Agrupamento de Escolas de Redondo.

Para cada questão, assinala com um X a tua opinião.

Ano de nascimento: \_\_\_\_\_ Ano de escolaridade: \_\_\_\_\_

## PERCURSO:

Percurso realizado: 16km \_\_\_\_\_ 26km \_\_\_\_\_

1- Dificuldade do percurso:

Muito Fácil \_\_\_\_\_ Fácil \_\_\_\_\_ Adequada \_\_\_\_\_ Difícil \_\_\_\_\_ Muito Difícil \_\_\_\_\_

2- Beleza do Percurso

Desagradável \_\_\_\_\_ Pouco Agradável \_\_\_\_\_ Agradável \_\_\_\_\_ Muito Agradável \_\_\_\_\_ Magnifica \_\_\_\_\_

3- Duração do Percurso:

Muito Curto \_\_\_\_\_ Curto \_\_\_\_\_ Adequado \_\_\_\_\_ Longo \_\_\_\_\_ Muito Longo \_\_\_\_\_

## ORGANIZAÇÃO:

1- Simpatia:

Muito insuficiente \_\_\_\_\_ Insuficiente \_\_\_\_\_ Suficiente \_\_\_\_\_ Boa \_\_\_\_\_ Muito Boa \_\_\_\_\_

2- Competência:

Muito insuficiente \_\_\_\_\_ Insuficiente \_\_\_\_\_ Suficiente \_\_\_\_\_ Boa \_\_\_\_\_ Muito Boa \_\_\_\_\_

## LOCAL DO ALMOÇO:

1- Localização:

Desagradável \_\_\_\_\_ Pouco Agradável \_\_\_\_\_ Agradável \_\_\_\_\_ Muito Agradável \_\_\_\_\_ Magnifica \_\_\_\_\_

2- Serviços de apoio:

Muito insuficiente \_\_\_\_\_ Insuficiente \_\_\_\_\_ Suficiente \_\_\_\_\_ Boa \_\_\_\_\_ Muito Boa \_\_\_\_\_

3- Espaço Físico:

Desagradável \_\_\_\_\_ Pouco Agradável \_\_\_\_\_ Agradável \_\_\_\_\_ Muito Agradável \_\_\_\_\_ Magnifica \_\_\_\_\_