



## Regulamento Geral

A InterGincana tem como propósito a integração de nossos alunos e por meio desta, desenvolver temas transversais, por meio de dinâmicas, esportes, atividades culturais e filantrópicas. Na edição de 2025 escolhemos homenagear seres mitológicos do mundo.

As equipes passarão por desafios de **atividades obrigatórias, artístico-culturais, sustentáveis, intelectuais e físico-desportivas**. A equipe que obtiver a maior pontuação será consagrada campeã. Dentre essas provas as equipes poderão organizar-se previamente, porém todas serão reveladas/entregues no dia da InterGincana.

Seguem **REGRAS GERAIS** que deverão ser cumpridas por todos os participantes das equipes e as suas respectivas sanções caso as mesmas não sejam atendidas.

- Nas provas esportivas/recreativas o participante deverá estar sem óculos, correntes, bonés, pulseiras e qualquer tipo de objeto que a organização julgue perigoso. O não cumprimento dessa regra **inviabiliza a participação do aluno**;
- Está proibido o uso de materiais alternativos para a produção de sons, sendo permitido apenas o uso de instrumentos.
- O colégio deverá manter-se limpo durante toda a realização da InterGincana, portanto, cada equipe deverá zelar pela limpeza dos espaços. Caso o organização tome ciência de que uma equipe sujou e não limpou uma determinada área até o final do dia do ocorrido, a equipe **perderá 10 pontos**;
- Qualquer tipo de ofensa e/ou desavenças, entre as equipes, entre os participantes da mesma equipe, ou para com a organização e arbitragem da InterGincana, não serão tolerados, ocasionando em um primeiro momento na **perda de 10 pontos da equipe infratora, caso ocorra reincidência, a equipe será desclassificada. Em casos em que o ato tenha sido cometido por um indivíduo, ou grupo de indivíduos isolados, apenas os envolvidos serão retirados da InterGincana**;
- **Caixas de Som são proibidas** durante a realização da InterGincana
- As sanções relacionadas ao uso de aparelhos eletrônicos com conectividade, inclusive o celular continuarão em vigência durante a InterGincana



## CONGRESSO TÉCNICO E REPRESENTANTES

A sala deverá escolher e enviar **2 representantes** para participarem do **Congresso Técnico**, neste encontro faremos o sorteio das tabelas, bem como daremos esclarecimentos quanto às provas:

- 27 de fevereiro das 16h às 17h (Pátio 1)

**A presença de cada um dos representantes no congresso técnico, contará 10 pontos para a equipe. Nesse congresso, sortearemos os nomes das equipes.**

## NOME, SÍMBOLO e CAMISETA

A sala deverá batizar a equipe com um nome que tenha relação com a criatura mitológica sorteada. Isso também servirá para orientar a elaboração de uma imagem que representa a equipe. Tanto nome, como símbolos devem respeitar o regimento interno do colégio, podendo ser recusado pela organização.

Nome e cor deverão ser indicados junto às Assistentes de Coordenação de Educação Física/Ser+ até o dia **07 de março**

Além disso, para 2025 as equipes ficarão responsáveis pela **elaboração de suas camisetas**. As camisetas deverão respeitar o regimento interno do colégio, atendendo o modelo pré estabelecido, bem como seguir os seguintes critérios:

- Arquivos e modelo de camisa que devem ser seguidos:

<https://drive.google.com/drive/folders/14wAyOa4gkyeMaorRCv0YUY3qtcAecHeA>

- Relação com o ser místico atribuído;
- Criatividade.

Uma ilustração da camisa deverá ser enviada digitalmente por e-mail para aprovação junto ao departamento de marketing até o dia **14 de março por email**. No assunto colocar **“UNIDADE(Campolim ou Boa Vista)/ ANO E TURMA/NOME DA EQUIPE”**. Segue o endereço para envio

[marketing@colegioser.com.br](mailto:marketing@colegioser.com.br)

**AS CAMISAS QUE NÃO FOREM APROVADAS,  
NÃO PODERÃO SER UTILIZADAS NA INTERGINCANA**



## ABERTURA

A abertura da InterGincana ocorrerá no **primeiro dia da gincana às 7h30**, neste horário **cada equipe** deverá se organizar em **4 filas** com quantidades iguais em frente ao maior portão do ginásio. A ordem de entrada das equipes será a seguinte:

Ensino Médio	
1.	101
2.	102
3.	103
4.	104
5.	105
6.	201
7.	202
8.	203
9.	204
10.	301
11.	302
12.	303

A participação na abertura conta pontos, sendo necessário cumprir as seguintes tarefas:

- Mínimo com 20 alunos uniformizados - **5 pontos**
- Ter uma bandeira de no mínimo 1X0,5m que represente a equipe sendo segurada a frente da equipe por um menino e uma menina - **5 pontos**



## Provas

O sistema de pontuação de todas as provas seguirão a seguinte ordem:

1. Lugar - 10 pontos
2. Lugar - 9 pontos
3. Lugar - 8 pontos
4. Lugar - 7 pontos
5. Lugar - 6 pontos
6. Lugar - 5 pontos
7. Lugar - 4 pontos
8. Lugar - 3 pontos
9. Lugar - 2 pontos
10. Lugar - 1 ponto
11. Lugar - 1 ponto
12. Lugar - 1 ponto

Critério de desempate, equipe que obtiver maior quantidade de 1ª colocações

### 1. Artísticas

#### a. Cosplay

- i. Os participantes deverão selecionar no mínimo 2 ou mais personagens de ficção e fantasiarem-se deles;
- ii. Além da fantasia, a equipe deverá fazer uma apresentação temática que exemplifique a temática da(s) personagem
- iii. Os critérios a serem avaliados serão:
  - criatividade na caracterização (figurino, adereços e/ou maquiagem)
  - atuação do personagem
  - colocação da voz em cena
  - expressão corporal
  - roteiro/adaptação da cena



- jogo de cena entre os participantes
- iv. A organização disponibilizará 1 microfone e um acesso via cabo P2 para que a equipe possa conectar um aparelho para trilha sonora e/ou efeitos sonoros; Demais itens ou estruturas são de responsabilidade da própria equipe
- v. A equipe terá 2 minutos para montagem a partir do comando da mesa avaliadora. Caso o tempo não seja respeitado, a equipe será desclassificada nesta prova
- vi. A equipe deve se apresentar entre 1 a 5 minutos, caso o tempo não seja respeitado, a equipe será desclassificada nesta prova

#### **b. The Voice**

- i. A equipe apresentará uma música, podendo ser à capela, ou, tendo acompanhamento de 1 instrumento
- ii. Os critérios a serem avaliados serão:
  - APRESENTAÇÃO (figurino, presença de palco, interação com público) - o show em si
  - AFINAÇÃO
- iii. A organização disponibilizará 1 microfone e um cabo P10 para conectar o instrumento; Demais itens ou estruturas são de responsabilidade da própria equipe
- iv. A equipe terá 2 minutos para montagem a partir do comando da mesa avaliadora. Caso o tempo não seja respeitado, a equipe será desclassificada nesta prova

#### **c. Coreografia**

- i. A equipe deverá apresentar uma coreografia, envolvendo 1 ou mais participantes
- ii. Os critérios a serem avaliados serão:
  - construção coreográfica
  - coerência (tema proposto com movimentação, escolha de música, etc)
  - traje (figurino)
  - expressão facial/corporal
- iii. A organização disponibilizará 1 microfone e um acesso via cabo P2 para que a equipe possa conectar um aparelho para trilha sonora e/ou efeitos sonoros; Demais itens ou estruturas são de responsabilidade da própria equipe



- iv. A equipe deve se apresentar em no mínimo 1 minuto e 30 segundos
- v. A equipe terá 2 minutos para montagem a partir do comando da mesa avaliadora. Caso o tempo não seja respeitado, a equipe será desclassificada nesta prova

#### **d. Pintura**

- i. A equipe deverá fazer uma ilustração em tela que homenageie seu ser mitológico
- ii. Será oferecida uma tela de 40x50, 2 pincéis (estes deverão ser sempre entregues limpos ao final de cada dia, caso não ocorra a equipe perderá 2 pontos) e tintas, outros materiais que as equipes desejem utilizar deverão ser providenciadas pelas mesmas.
- iii. A ilustração deverá ser feita durante a Gincana (das 9h às 17h) dentro do colégio, os participantes podem trazer rascunhos, decalques e outros itens já pré- elaborados, porém a finalização deverá ser realizada durante a gincana. Os quadros serão julgados no último dia.
- iv. Os critérios a serem avaliados serão:
  - IDEIA (composição/expressão/referências) :
  - TÉCNICA (acabamento/apuro técnico/execução):

#### **e. Torcida Organizada**

- i. No segundo dia da InterGincana a equipe terá o espaço inteiro da arquibancada para se manifestar como uma “Torcida Organizada”, para tanto deverão conter elementos visuais, sonoros e cânticos (sem palavrões e sem ofender/provocar as demais equipes)
- ii. Cada equipe terá 5 minutos para se organizar e apresentar
- iii. Segue um vídeo de referência
  -  Torcida Organizada.mp4
- iv. Todo e qualquer material utilizado fica sob responsabilidade das equipes
- v. Após a apresentação a arquibancada deverá encontrar-se limpa.
- vi. Os critérios a serem avaliados serão:
  - CRIATIVIDADE
  - BELEZA
  - ANIMAÇÃO



## 2. Esportivas

a. As modalidades a serem disputadas serão:

- i. Basquete (Masculino e Feminino)
- ii. Futsal (Kings League) (Masculino e Feminino)
  - Os líderes das equipes serão seus “presidentes”
  - Antes da partida começar os presidentes retirarão um envelope com uma carta
  - 1 tempo de 7 minutos

Minuto de Jogo	Formato de Disputa	Ações Especiais
1º minuto	1 Jogador de Linha + Goleiro	
2º minuto	2 Jogadores de Linha + Goleiro	
3º minuto	3 Jogadores de Linha + Goleiro	
4º minuto	4 Jogadores de Linha + Goleiro	
5º minuto	?	Dado será lançado
6º minuto	4 Jogadores de Linha + Goleiro	Pênalti do Presidente e/ou Carta Especial
7º minuto	4 Jogadores de Linha + Goleiro	Pênalti do Presidente e/ou Carta Especial

- No 5º minuto um dado será lançado e em cada uma de suas faces estará o formato de disputa desse minuto. As faces dos dados serão:
  - a. Gol a Gol sem as mãos (duas faces)
  - b. 1X1 + goleiro
  - c. 2x2 + goleiro
  - d. 3x3 + goleiro
  - e. 4x4 + goleiro
- A partir do 6º minuto as cartas e o pênalti do presidente poderão ser utilizados, as cartas a serem sorteadas serão as seguintes:
  - a. Gol duplo (1 min de duração, quem fizer gol valerá 2)
  - b. Sanção (1 min com 1 adversário a menos)
  - c. Pênalti (1 jogador bate o pênalti)



- d. Shoot out (1 jogador cobra)
- e. Coringa (pode ser usada junto do adversário e "roubar" sua carta, ou utilizado em qualquer outro momento como uma carta do jogo uma das cartas supracitadas)
- iii. Handebol (Masculino e Feminino)
- iv. Vôlei (Masculino e Feminino)
- v. Xadrez (Masculino e Feminino)
- vi. Damas (Masculino e Feminino)
- vii. Tênis de Mesa (Masculino e Feminino)
- viii. FutMesa(Masculino e Feminino)
- ix. VôleiMesa (Masculino e Feminino)
- x. FIFA (Misto)\*
- xi. Just Dance (Misto)\*



### 3. Sustentabilidade Ensino Médio - Mudanças Climáticas e a cidade de Sorocaba

#### a. Texto Introdutório

- i. Situar como os órgãos mundiais têm olhado para a questão do clima e seus impactos;
- ii. Investigar quais problemas climáticos afetam Sorocaba e
- iii. Propor uma solução criativa e exequível.
- iv. Critérios de Avaliação:
  - 1. Inovadora
  - 2. Dados
  - 3. Rigor Científico
  - 4. Criatividade
  - 5. Potencial de Execução

#### b. Produto final:

- i. Elaborar uma apresentação virtual (Power Point, Canva ou Apresentações Google)
  - Nela deverão constar todos os tópicos:
    - a. Situar como os órgãos mundiais têm olhado para a questão do clima e seus impactos;
    - b. Investigar quais problemas climáticos afetam Sorocaba e
    - c. Propor uma solução criativa e exequível.
  - Nesta apresentação vocês poderão contar com fotos de referências. E também, trazer esta solução materializada de alguma forma, podendo ser: maquete, escultura, estrutura, montagem, ou algum desenvolvimento material onde as pessoas possam enxergar fisicamente tal solução.
- ii. Professores orientadores e Consultoria da coordenação de sustentabilidade do Colégio Ser!
  - [fernanda.torres@colegioser.com.br](mailto:fernanda.torres@colegioser.com.br)
- iii. Referências:
  - COP 29 de 2024: <https://climainfo.org.br/cop29-1/>
  - Notícias: <https://conexaoplaneta.com.br/?s=COP+29>
  - Brasil e compromissos: <https://www.gov.br/secom/pt-br/assuntos/noticias/2024/11/cop29-compromissos-do-brasil-marcam-avanco-global-na-luta-contra-a-mudanca-do-clima>
  - Sorocaba: <https://americadosul.iclei.org/wp-content/uploads/sites/78/2021/06/cartilha-crva-sorocaba-v4-1.pdf>



- Soluções da natureza:  
<https://www.youtube.com/watch?v=pc7PrLb80hc&t=2s>
- Devemos estar no centro das decisões:  
<https://www.youtube.com/watch?v=1gnUH7HNBAU>
- Insetos como solução climática:  
<https://www.cnnbrasil.com.br/internacional/onu-aposta-na-alta-da-oferta-de-alimentos-a-base-de-insetos-em-prol-da-seguranca-alimentar/>
- Produtores rurais de Sorocaba:  
<https://www.sorocaba.unesp.br/#!/noticia/1571/estiagem-prejudica-produtores-rurais-da-regiao-de-sorocaba/>
- Soluções urbanas:  
<https://www.instagram.com/p/C9rncbYvFOM/>
- Energias alternativas e criativas:  
<https://www.youtube.com/watch?v=hmvGXg4iTG0>
- Energias alternativas:  
<https://www.instagram.com/p/DATliGR5KX/>
- Poluição:  
[https://www.instagram.com/p/C\\_vfzIbtcno/?img\\_index=1](https://www.instagram.com/p/C_vfzIbtcno/?img_index=1)
- Cidades Resilientes:  
[https://www.instagram.com/p/C\\_31qP1OD3u/?img\\_index=1](https://www.instagram.com/p/C_31qP1OD3u/?img_index=1)
- Mudanças do Clima:  
[https://www.instagram.com/p/C\\_tCWMTS5C1/?img\\_index=1](https://www.instagram.com/p/C_tCWMTS5C1/?img_index=1)