

REGULAMENTO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

Regulamento da Disciplina de Educação Física

Equipamento Desportivo

1- O equipamento a utilizar pelos alunos deverá ser composto por: sapatilhas, fato de treino e/ou calção com *t-shirt*.

Para as aulas de Natação, deve fazer parte do equipamento: toalha, touca de banho, chinelos e muda de roupa interior.

2- Não é permitido o uso de camisas, blusas, calças ou calções de ganga ou fazenda.

3- Não é permitido o uso de relógios, pulseiras, fios, colares, argolas ou anéis.

Materiais Desportivos

1- Todo o material do recinto desportivo deve ser estimado pelos alunos.

2- Não é permitido danificar o material, que só deverá ser utilizado com autorização do professor.

3- Os danos causados no material, por abuso, são da responsabilidade do(s) aluno(s).

4- O transporte e recolha do material será feita com a autorização e orientação do professor.

Condições de Utilização dos Recintos Desportivos

- 1- Os recintos destinados à prática do exercício físico deverão ser respeitados.
- 2- Nas instalações não será permitida linguagem inconveniente nem barulho excessivo.
- 3- Não terão acesso ao recinto desportivo os alunos cujo calçado não se apresente limpo.
- 4- A entrada nos balneários só poderá fazer-se na presença do professor e no período da respetiva aula.
- 5- Não é permitido levar alimentos para o recinto das atividades desportivas e balneários.
- 6- No final de cada aula o recinto das atividades desportivas e os balneários deverão ficar arrumados.

Funcionamento das Aulas

- 1- Os alunos têm cinco minutos para se equiparem.
- 2- No início da aula, os alunos deverão esperar pelo professor junto aos balneários.
- 3- Nenhum aluno poderá sair do local da aula sem o consentimento do professor.
- 4- Os horários de entrada e saída serão combinados com o professor consoante o espaço a ser utilizado.
- 5- Durante o período de funcionamento das aulas os balneários estarão fechados.
- 6- No final de cada aula os alunos deverão tomar duche.

- 7- Os alunos devem respeitar as aulas em funcionamento no recinto desportivo, não podendo por isso atravessar os espaços onde decorre a atividade desportiva.

Dispensa de Aulas Práticas

- 1- Os alunos que, por motivo de saúde, estejam impedidos da prática de atividade desportiva, terão de trazer justificação médica escrita em papel de receita, onde conste a doença, período de inatividade, tipo de movimentos ou esforços impedidos ou permitidos, data e assinatura do médico. Neste caso, os alunos têm de estar presentes, com sapatilhas, para poderem participar nas atividades possíveis devendo, obrigatoriamente, elaborar um relatório da mesma.
- 2- Se ocasionalmente o aluno estiver impossibilitado de participar na vertente prática da aula, por motivo de saúde ou qualquer outro, deve trazer justificação escrita e assinada pelo Encarregado de Educação.
- 3- Não há dispensa da aula de Educação Física, dado que todos os alunos terão de ser avaliados no final de cada período. Os alunos com atestado médico serão avaliados apenas nos domínios cognitivo e sócio-afetivo, isto é, pelos conhecimentos adquiridos e pela forma como colaboram e participam nas aulas. Esta avaliação será feita através de um trabalho proposto pelo professor e dos relatórios entregues nas aulas.

NOTA:

- Quem usar cabelo comprido, deverá prendê-lo durante os períodos das aulas práticas de exercício físico.
- Não é permitido mascar pastilha elástica nas aulas.
- A Escola não se responsabiliza pelos objetos, materiais e/ou equipamentos perdidos ou deixados por esquecimento nos recintos desportivos.

O Professor