



EDUCAÇÃO FÍSICA



NORMAS DE FUNCIONAMENTO (SÍNTESE)

2020/2021

As aulas de Educação Física realizam- se em três espaços:

. Campo Exterior

. Pavilhão

. Ginásio

1. ENTRADA NAS INSTALAÇÕES

- ✓ Ao toque de entrada o aluno deve estar junto ao Pavilhão Gimnodesportivo e esperar ordeiramente que a assistente operacional ou o docente dê ordem de entrada.
- ✓ À entrada deve limpar os sapatos no tapete, não correr e evitar falar alto.

2. BALNEÁRIOS

- Cada turma tem o seu balneário. O aluno deve ocupar o seu espaço e não mexer no material que não lhe pertence.
- É neste espaço que o aluno procede à troca do vestuário, faz a sua higiene e deixa a sua mochila
- O aluno tem 5 minutos para se equipar.

3. EQUIPAMENTO

- ✓ Para efetuar a aula deve estar devidamente equipado pelo que é OBRIGATÓRIO:
 - ❖ T'SHIRT DA ESCOLA
 - ❖ CALÇÃO OU CALÇA DE FATO DE TREINO (NÃO SÃO PERMITIDAS LEGGINGS)
 - ❖ TÊNIS (NÃO PODEM VIR CALÇADOS DA RUA)
 - ❖ SAPATILHAS ADEQUADAS À PRÁTICA DA GINÁSTICA.
 - ❖ O ALUNO DEVE TRAZER SEMPRE OS TÊNIS E AS SAPATILHAS QUANDO TIVER AULA DE EDUCAÇÃO FÍSICA.

CASO O ALUNO NÃO CUMpra ALGUM DOS REQUISITOS ATRÁS MENCIONADOS TEM “FALTA” DE MATERIAL.
SE INCORRER 3 VEZES NESSE ERRO É MARCADO FALTA DE MATERIAL NO LIVRO DE PONTO (Ver R.I. Artº.94)

4. A AVALIAÇÃO É CONSTITUÍDA POR 3 ÁREAS

- Atividade Física
- Aptidão Física
- Conhecimentos

5. VALORES

- Os valores (carteiras, fios, brincos, relógios, anéis...) devem ser guardados no saco atribuído à turma.

6. INSTALAÇÕES E MATERIAL

- ✓ É expressamente proibido comer dentro das instalações desportivas.
- ✓ O aluno é responsável pelo correto manuseamento e utilização do material fixo e portátil durante as aulas.
- ✓ Qualquer estrago causado pelo aluno, devido ao uso incorreto do mesmo será OBRIGATORIAMENTE pago pelo encarregado de educação.

7. DISPENSA DA ATIVIDADE FÍSICA

- Se não puder realizar a aula de educação física até um período máximo de três dias, tem de trazer SEMPRE, na caderneta, uma justificação escrita pelo encarregado de educação.
- Caso o período de inatividade ultrapasse os três dias, deve apresentar um ATESTADO MÉDICO, conforme a lei (identificação do médico, licença profissional, identificação do aluno, motivo da impossibilidade e tempo de duração ou, se for caso, da prática de alguns exercícios, referindo quais.
- Em qualquer das situações anteriores a PRESENÇA É OBRIGATÓRIA. (Ver Cr. Avaliação)

 Feliz Ano Letivo

A.D. Educação Física