



Regulamento de Educação Física (Alunos)

- ✚ Os alunos devem aguardar a indicação do professor para entrarem no espaço de aula;
- ✚ Os alunos do 1º ciclo devem aguardar o encaminhamento dado pelo professor titular ou professor de Educação Física (EF);
- ✚ Tanto para o equipar (início da aula) como para o desequipar (final da aula), os alunos terão, em cada um destes momentos, cinco minutos para o efeito. Não podem trazer nem levar vestida a roupa com que fazem aula e devem colocar o vestuário sempre no vestiário (excetuando situações em que as condições físicas do estabelecimento de ensino não o permitam);
- ✚ O equipamento para a aula de EF consiste em:
 - T-shirt, calção, sapatilhas e meias (com apresentação quer ao nível da sua higiene como do seu tamanho que deverá ser adequado);
 - Fato de treino (para o exterior ou em dias muito frios);
 - Chinelos, champô, sabonete e toalha (para o duche) bem como roupa interior (para muda após o mesmo);
- ✚ Todos os adornos (relógios, cordões, anéis, brincos, etc.) por questões de segurança não são permitidos nas aulas, pelo que devem ser deixados em casa, deixados na sala de aula (trancada) em turmas do 1º ciclo;
- ✚ Quanto ao 2º e 3º ciclos, os valores devem ser deixados em casa ou nos respetivos cacifos, não ficando nenhum professor ou funcionário do pavilhão responsável pelos mesmos, o mesmo se passando relativamente aos telemóveis;
- ✚ A escola não se responsabiliza pelo desaparecimento de qualquer bem (relógios, carteiras, telemóveis, cordões, anéis, brincos, etc.) durante a realização das atividades letivas ou de complemento curricular;
- ✚ A entrada e saída dos espaços de aula deverá ser feita calma e ordeiramente, no momento e da forma que o professor entender por melhor;



Secretaria Regional da Educação e Cultura
Escola Básica Integrada da Praia da Vitória
Departamento de Educação Física

- ✚ Os alunos não podem tocar no material pertencente à aula sem autorização do seu professor;
- ✚ O espaço pertencente a cada turma deverá ficar arrumado em cada final de aula;
- ✚ Em caso de necessidade, os alunos, no decorrer de cada aula e com autorização do professor, podem ir às casas de banho destinadas a esse efeito;
- ✚ O aluno, sendo portador de algum problema limitador da sua normal prática das aulas de Educação Física, deverá fazer chegar ao seu professor (da disciplina) o conhecimento de tal situação, fazendo-o obrigatoriamente através de respetivo Atestado Médico; Nestes casos, o professor dará orientações precisas e particularizadas, designadamente ao nível de todos os cuidados a ter, do reajuste dos conteúdos, de distintas tarefas a realizar, distintos critérios de avaliação, etc.
- ✚ A disciplina de EF assume-se, pelos seus conteúdos, como iminentemente prática; o aluno que a não pode realizar desta forma deverá justificá-lo através de respetivo Atestado Médico, documento obrigatoriamente esclarecedor do problema, da sua duração prevista, e se limitador da atividade total ou apenas parcialmente; Pontualmente, e mediante a aceitação do professor, o aluno poderá fazê-lo por escrito em *Caderneta do Aluno* e em aula seguinte;
- ✚ Ficará também ao critério do respetivo professor (tendo em conta as orientações emanadas do Departamento) o número de *dispensas injustificadas* permitidas; Ultrapassado esse limite, o professor de EF comunicará o acontecido ao respetivo Professor Titular/Diretor de Turma como ainda deverá ter em conta, em final do período letivo, a respetiva penalização no que concerne ao nível avaliativo a atribuir ao aluno;
- ✚ Sempre que o aluno esteja presente mas não participe na aula prática, o professor deverá esclarecê-lo das consequências, tarefas a realizar, etc.
- ✚ O aluno não se deverá apresentar na aula de Educação Física em jejum, da mesma forma que o não deverá fazer tendo acabado de realizar uma alimentação excessiva;



Secretaria Regional da Educação e Cultura
Escola Básica Integrada da Praia da Vitória
Departamento de Educação Física

Especificidades a destacar para as aulas de Natação (2º e 3º ciclos)



- ▶ Os alunos devem aguardar na entrada do pavilhão da nossa escola para, após a chamada, seguirem a pé com o seu professor para o Complexo Desportivo Vitorino Nemésio;
- ▶ Os alunos devem aguardar a indicação do professor para se dirigirem aos balneários bem como para entrarem no espaço de aula (piscina);
- ▶ Devem trazer para a aula equipamento completo (touca, chinelos, toalha, fato de banho), pelo que sem ele não poderão participar;
- ▶ Não é permitido às raparigas o uso do biquíni mas sim, e apenas, o uso de fato de banho;
- ▶ Não trazer, NUNCA, o fato de banho vestido de casa;
- ▶ Antes do início da aula de natação ou após a ida à casa de banho, os alunos devem passar-se sempre pelo banho de chuveiro;
- ▶ O fato de banho, touca e toalha devem ser lavados antes de voltarem a ser utilizados.
- ▶ Não é permitido o uso de qualquer tipo de maquilhagem, cremes ou produtos que possam levar à alteração da qualidade da água;
- ▶ Não é permitido o uso de qualquer tipo de anéis, brincos, colares ou bijutarias;
- ▶ Não é permitido saltar para dentro da piscina;
- ▶ Não é permitida a entrada na água com feridas abertas e com doenças infeto-contagiosas;
- ▶ Não é permitida a ingestão de alimentos e bebidas incluindo o uso de pastilhas na piscina;
- ▶ Não é permitido abandonar desperdícios dentro do recinto da instalação, devendo utilizar os caixotes do lixo para o efeito;
- ▶ Não é permitida a captação de imagens através de câmaras fotográficas, de filmar, telemóveis, etc. dentro do Complexo da Piscina.
- ▶ Como para qualquer outra aula de EF, o aluno não se deverá apresentar na aula de Natação em jejum, da mesma forma que o não deverá fazer tendo acabado de realizar uma alimentação excessiva;
- ▶ No dia da aula de natação, caso a aula se realize no período da tarde, os alunos devem ingerir a refeição ligeira.

Casos omissos ao presente Regulamento terão resolução em sede de Departamento.

Pelo Departamento, o seu Coordenador

Paulo Mendes