

NORMAS DE FUNCIONAMENTO

⇒ Equipamento para as aulas

- Ténis adequados (No ginásio uso obrigatório de Sapatilhas/ténis limpos que não tenham sido utilizados na rua, ou que estejam desinfetados)
- Equipamento desportivo (Calções/ calças desportivos/ calças, “T-Shirt” (aconselha-se que seja de algodão);
- Garrafa de água, devidamente identificada com nome e turma

Alerta-se para o fato do aluno ter a obrigatoriedade de trazer sempre o respetivo equipamento para a sua participação nas aulas de E.F. O não cumprimento desta norma irá refletir-se no aproveitamento do aluno.

Sempre que possível os alunos devem vir já equipados para a escola, no sentido de minimizar a sua permanência nos balneários.

Caso haja necessidade efetiva de utilizar os balneários os alunos devem obrigatoriamente seguir a indicação do percurso de circulação (entrada e saída), circulando sempre pela direita.

⇒ Normas de utilização das instalações desportivas

- **Os alunos devem respeitar o distanciamento social** devendo permanecer afastados uns dos outros, aproximadamente, três metros de distância, sempre que possível;
- No início da aula e sempre que o professor indicar os alunos devem ocupar o lugar que lhe foi pré-definido;
- **Os alunos devem aplicar as regras de higienização das mãos**, desinfetando as mãos antes / após a aula e sempre que seja necessário;
- Os alunos só podem entrar nos balneários à hora que o funcionário indicar, de acordo com a rotação dos espaços (a entrada das turmas é desfasada);
- Todos os alunos têm de manter a máscara colocada no percurso até ao espaço de aula, retirando-a apenas quando o professor autorizar. Durante a prática desportiva devem guardar a máscara no bolso, coloca-la no braço ou trazer um saco, identificado, onde a deixar junto da garrafa de água;
- As turmas só podem entrar no ginásio quando o professor estiver presente e após trocarem de sapatos. (devem levar os ténis ou sapatilhas limpos na mão até à entrada do ginásio e só aí trocarem de calçado)
- Os alunos não podem permanecer no ginásio durante os intervalos;
- Os alunos não podem comer no ginásio;
- Os alunos têm de apanhar o cabelo antes do início da prática desportiva;
- Os alunos não podem utilizar nas aulas brincos, pulseiras, relógios, fios, anéis, telemóveis, etc;
- Os alunos não podem mexer no material desportivo sem indicação do professor e não podem trocar ou partilhar o mesmo com os colegas

⇒ Os alunos devem deixar os objetos de valor, caso tragam para a escola, na respetiva sala de aula

⇒ Alunos com atestado médico

1. O atestado médico deve ser entregue ao Diretor de Turma, e uma fotocópia ao Professor de Educação Física.
2. Não sendo o atestado médico explícito sobre as incapacidades ou deficiências físicas ou mentais, que determinem a impossibilidade, permanente ou temporária, de o aluno participar normalmente nas atividades de ensino aprendizagem da disciplina de Educação Física, deverá ser solicitado - para além de outra documentação que se considere necessária – um relatório médico em que se especifiquem muito claramente:

- As atividades físicas interditas ao aluno;
- As atividades físicas que são permitidas de um modo condicionado;
- As atividades que, por serem benéficas para o aluno, podem ser realizadas sem contra indicação.

3. Os alunos nas condições anteriormente descritas terão de permanecer no espaço de aula.

CRITÉRIOS DE AVALIAÇÃO – 3º CICLO

DOMÍNIOS		PONDERAÇÃO		DESCRITORES
		%		
COMPORTEMENTOS E ATITUDES	Responsabilidade		5	É pontual, tem material, é organizado, cumpre regras de trabalho e higiene, cumpre prazos.
	Empenho		5	Realiza as tarefas propostas, é persistente, participa, está atento.
	Autonomia/ Atitude crítica		10	Revela espírito de iniciativa, seleciona de forma autónoma processos de trabalho, observa, analisa e discute ideias/produções, justifica a intencionalidade das suas produções, emite e fundamenta opiniões.
	Cooperação		10	Respeita os outros, demonstra capacidade para trabalhar em equipas diversas, é solidário/partilha, revela capacidade de diálogo e interage com tolerância.
CONHECIMENTOS E CAPACIDADES	Capacidades	Atividades Físicas	50	JOGOS DESPORTIVOS COLETIVOS (JDC) GINÁSTICA ATLETISMO ATIVIDADES RÍTMICAS E EXPRESSIVAS (ARE) RAQUETAS ATIVIDADE DE COMBATE PERCURSOS 7ºano – o aluno deve atingir o nível INTRODUÇÃO em 5 matérias (1 JDC +1 Ginástica +3 Outras) 8ºano - o aluno deve atingir o nível INTRODUÇÃO em 6 matérias (1 JDC +1 Ginástica +4 Outras) 9ºano – o aluno deve atingir o nível INTRODUÇÃO em 5 matérias e nível ELEMENTAR numa matéria (2JDC+ 1 Ginástica + 3 Outras)
		Aptidão Física	15	Desenvolve capacidades motoras evidenciando aptidão muscular e aptidão aeróbia, enquadradas na Zona Saudável de Aptidão Física do programa FITescola, para a sua idade e sexo
	Conhecimentos		5	Reflexão em grupo e concretização dos conceitos em situações práticas Trabalho de investigação e /ou ficha(s) de avaliação, para os alunos que se encontram de atestado médico (0% a 70%), dependente das condicionantes físicas e ou do tempo de ausência.

Tomei conhecimento das normas de funcionamento e dos critérios avaliação da disciplina de Educação Física

O Encarregado de Educação do aluno.....

N.º..... Ano.....Turma.....

Assinatura..... Data..... / /

