

EDUCAÇÃO FÍSICA

2017/2018

Cofinanciado por:



UNIÃO EUROPEIA
Fundo Social Europeu

EDUCAÇÃO FÍSICA

- Definição de EF
- Regras de Funcionamento EF
- Normas de segurança

O que é a Educação Física?

- É um empreendimento de ensino - aprendizagem no qual é dado ao jovem a possibilidade de adquirirem o conhecimento, as competências e as atitudes necessários para uma participação emancipada, recompensadora e prolongada na cultura do movimento. (Manual, ASA, pág. 21)



Regras de Funcionamento EF

EQUIPAMENTO

Os alunos **têm obrigatoriamente que trazer o respectivo material para a prática da disciplina de Educação Física** (t-shirt, calções ou calças e sapatilhas)

Os alunos com **cabelo comprido devem prendê-lo** para que não coloquem em causa a sua integridade física no decorrer das aulas.

Os alunos **não podem realizar a aula com objetos pessoais** (relógios, fios, pulseiras, brincos, anéis) que possam colocar em causa a sua integridade física ou a de outros.

Regras de Funcionamento EF

FUNCIONAMENTO DAS AULAS

- 1. Os alunos **só se podem equipar** depois de confirmada a presença do professor.
- 2. Os alunos têm de estar prontos para a aula **dez minutos após a hora de entrada.**
- 3. Antes do início da aula, **os alunos devem guardar os valores (incluindo telemóveis) no balneário**, fechá-lo e entregar a chave ao professor.
- 4. Nenhum aluno pode **sair do local da aula e da presença do professor sem o seu consentimento.**





Regras de Funcionamento EF

FUNCIONAMENTO DAS AULAS

- 5. Os alunos devem **respeitar as aulas em funcionamento** no espaço interior/externo, **não podendo**, por isso, **atravessar os espaços ou fazer barulho exagerado**.
- 6. Os alunos devem apresentar uma **conduta adequada** e de acordo com as regras estabelecidas, de forma a **não colocar em perigo a sua integridade física e a dos colegas**.
- 7. Os alunos devem **tomar banho a seguir às aulas de Educação Física**.
- 8. **A presença nas aulas é obrigatória** com ou sem equipamento.

A aula é composta por três partes

- **Parte Inicial:**

1. Chamada
2. Introdução da matéria/objetivos a lecionar
3. Ativação geral (Exercícios de condição física e alongamentos)

- **Parte Principal da aula:**

1. Conteúdos específicos a abordar referentes à modalidade

- **Parte Final:**

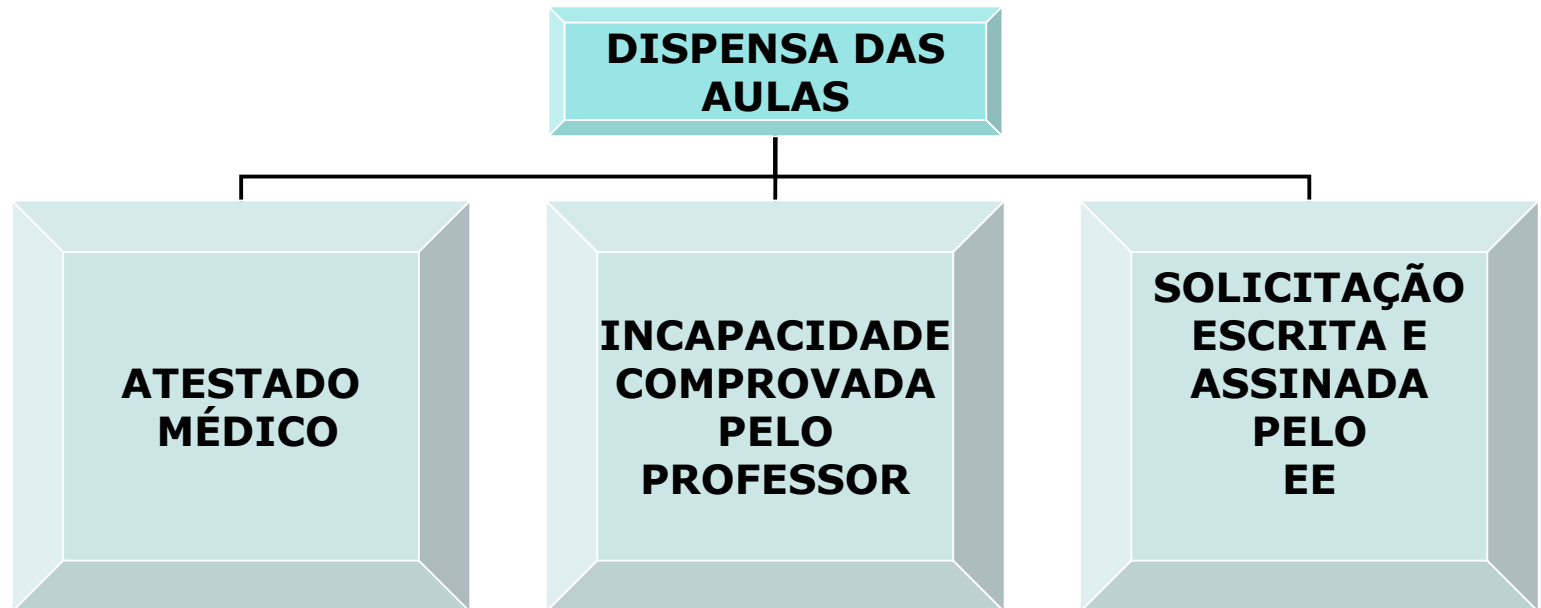
1. Exercícios de condição física
2. Arrumação de material
3. Diálogo com os alunos sobre a aula
4. Cuidados de higiene pessoal

Regras de Funcionamento EF

MATERIAL E INSTALAÇÕES DESPORTIVAS

- Os alunos devem:
- **Zelar pela conservação** e higiene das instalações e material
- **Arrumar o material** no final da aula se forem solicitados pelo professor
- Repor o material ou pagar a sua reparação sempre que o danificar devido a comportamentos inadequados

REGRAS DE FUNCIONAMENTO EF



OS ALUNOS DISPENSADOS COM ATESTADO MÉDICO PROLONGADO DEVEM

- Assistir às aulas;
- Realizar o relatório da aula e entregá-lo no final da mesma;
- Realizar um trabalho escrito para ter aproveitamento ao módulo.

Nota: devem trazer sempre sapatilhas, caso contrário terão uma FM.



Relatório das Aulas

O aluno é obrigado a trazer uma folha para a aula e os relatórios da aula deverão preencher os seguintes critérios:

- Identificação do aluno
- Descrição/organização da aula

Outras regras da disciplina...

- 3 FM (Faltas de Material) = 1F de Presença
- O aluno que tem **50% de faltas** ao módulo **reprova**;
- Quando o aluno **falta** tem que realizar a **recuperação da mesma**;
- **Atestado médico** - Os trabalhos são realizados em *Powerpoint* ou *Word*.