Colégio verdeágua
Ensino Básico | Academias

REGULAMENTO INTERNO

ANEXO III

REGULAMENTO ÁREA CURRICULAR - DISCIPLINA EDUCAÇÃO FÍSICA

ANO LETIVO 2026/2027

Artigo 1.º - Assiduidade

1. A frequência das aulas de Educação Física é obrigatória para todos os Alunos, devendo estes apresentar-se em aula, devidamente equipados para a prática desportiva.

2. Esta área curricular/disciplina é fundamental para a formação social, psicológica e física dos Alunos, bem como para a adoção de hábitos de vida saudáveis, pelo que a dispensa de qualquer atividade escolar é, por natureza, uma exceção e só se entende em casos de força maior e por razões extraordinárias que coloquem em causa a integridade física individual do Aluno.

3. A dispensa da aula de Educação Física só é considerada quando o Aluno apresenta lesão ou doença grave **comprovada por atestado médico**, o qual deve explicitar concretamente quais as contraindicações para a prática física, para que o Professor possa selecionar a atividade adequada ao Aluno ou para o isentar dessa atividade, de acordo com a legislação em vigor.

4. Quando o Aluno for dispensado da realização da parte prática da aula de Educação Física, deverão ser propostas atividades alternativas que devem incluir todos os objetivos das Aprendizagens Essenciais que o Aluno pode cumprir, nomeadamente ao nível do conhecimento, atitudes e valores e, por isso, os Alunos dispensados da prática de Educação Física devem comparecer na aula equipados para participarem de acordo com as suas possibilidades.

5. Ao(s) Aluno(s) que se encontre(m) nesta situação, o Professor deverá dar tarefas alternativas às aulas práticas, tais como: elaboração do relatório de aula, apoio na organização da aula, tarefas de arbitragem e, nas situações mais prolongadas, elaboração de trabalhos/ projetos com utilidade prática e que poderão ser apresentados ao grupo-turma.

6. Os Alunos dispensados da componente prática estão sujeitos a avaliação.

7. Mesmo com a dispensa da aula, os Alunos devem apresentar-se devidamente equipados.

8. Em caso de indisposição, o Aluno poderá solicitar a dispensa da atividade prática, competindo ao Professor decidir da concessão da mesma.

9. No caso de dispensa pontual, fica o Aluno obrigado a apresentar uma justificação, por escrito, devidamente assinada pelo Encarregado de Educação, a apresentar ao Professor na aula seguinte.

10. No que se refere à falta por atraso, aplica-se o definido no Regulamento Interno do Colégio Verde Água – Ensino Básico e Academias e no respetivo Regimento Disciplinar interno, à semelhança do que acontece nas restantes áreas curriculares/ disciplinas.

Artigo 2.º - Equipamento Desportivo (Material Específico)

1. Os Alunos só podem participar na prática das aulas de Educação Física se estiverem devidamente equipados.

2. Qualquer Aluno que não esteja devidamente equipado **não pode participar ativamente na aula.** Cabe ao Professor aceitar ou não qualquer justificação proveniente do Encarregado de Educação para este incumprimento.

3. O equipamento obrigatório para a participação nas aulas de Educação Física é constituído pelos seguintes elementos:

a. t-shirt do Colégio Verde Água;

b. fato de treino, calção ou *leggings*;

c. meias de desporto;

d. ténis para uso exclusivo no Ginásio e ténis para uso exclusivo no exterior;

e. elástico para prender o cabelo comprido;

f. saco identificado, para colocar os ténis do Ginásio.

4. O equipamento opcional para as aulas de Patinagem, que deve ser trazido apenas quando os Professores comunicarem, é constituído pelos seguintes elementos:

a. patins (preferencialmente de quatro rodas);

b. capacete;

c. proteções.

5. Após as aulas realizadas no Ginásio, os Alunos devem colocar os ténis do Ginásio no seu saco pessoal e identificado e colocar o saco no seu cacifo pessoal ou no da turma ao pé do Ginásio.

6. Todos os Alunos deverão trazer uma muda de roupa e um saco para colocar a roupa utilizada durante a aula.

7. Só é permitida a entrada no Ginásio aos Alunos que estejam devidamente calçados.

8. Nos dias em que ocorram as aulas de Educação Física, os Alunos deverão, tanto quanto possível, trazer o equipamento desportivo já vestido de casa.

9. Os restantes materiais necessários à prática desportiva serão sempre fornecidos pelo Colégio.

Artigo 3.º - Faltas de Material Específico

1. Em cada aula, sempre que um Aluno não apresente o material (equipamento desportivo) necessário para a aula, deverá ser-lhe marcada falta de material específico (uma por cada bloco de 45/50 ou 90/100 minutos).

2. Essa falta será registada na plataforma *eSchooling* pelo Professor, devendo ser especificado o material em falta, pois fica visível automaticamente para o Encarregado de Educação. Relativamente à acumulação deste tipo de faltas, esclarecem-se os procedimentos a realizar pelo docente da disciplina:

- no 1.º Ciclo – após 5 faltas de material específico, a 6.ª falta é convertida numa falta de presença injustificada.
- no 2.º e 3.º Ciclos – após 3 faltas de material específico, a 4.ª falta é convertida numa falta de presença injustificada.
- sempre que esta conversão ocorra, **os Alunos não fazem atividades compensatórias na aula, devendo manter-se no local onde a aula decorre**.

3. O número de faltas de material será um dos elementos a ter em conta na avaliação do Aluno, de acordo com os Critérios de Avaliação em vigor.

Artigo 4.º - Normas de conduta

1. A entrada no Ginásio será feita por indicação do Professor.

2. É expressamente proibido comer ou beber no espaço do Ginásio.

3. Durante as aulas de Educação Física, não é permitido o uso de qualquer tipo de adorno (relógios, brincos, anéis, pulseiras, fios, etc.) que possam pôr em risco a integridade física, quer do próprio Aluno quer dos outros.

4. Os Alunos não devem levar óculos para a prática, se estes não forem indispensáveis para a sua saúde ou para o seu desempenho. Caso necessitem de os guardar, deverão articular com o Professor e trazê-los protegidos, de forma a não serem danificados. Na situação em que sejam indispensáveis para a prática das atividades, deverão dar preferência aos óculos inquebráveis ou utilizada uma fita que dificulte a sua queda.

5. As roupas, sapatos e restantes objetos deverão ficar arrumados nos cacifos/cabides/bancos existentes nos balneários/vestiários, como usualmente.

6. Em caso de mal-estar, acidente ou de algum acontecimento anormal, os Alunos devem avisar imediatamente o Professor.

7. Os Alunos apenas podem utilizar o material de Educação Física quando o Professor autorizar.

8. Cada Aluno e/ou turma são responsáveis pela utilização adequada do material.

9. Terminadas as atividades, com a devida autorização do Professor, todos os Alunos abandonarão o espaço da aula e dirigir-se-ão aos respetivos balneários/ vestiários, sem atropelos nem correrias.

Artigo 5.º - Segurança e Higiene

1. Os Alunos não devem estar em jejum, nem comer exageradamente antes da aula, devido ao perigo de hipoglicémia ou de congestão, respetivamente.

2. Por questões de higiene, segurança e bem-estar, os Alunos deverão trocar de roupa após a aula de Educação Física e proceder à sua higiene pessoal. Os Encarregados de Educação deverão, por isso, acautelar esta situação garantindo que existe no saco individual do Aluno uma muda de roupa lavada. No caso do primeiro ano, poderão contar com o apoio e supervisão de auxiliares de educação no vestiário/balneário.

Artigo 6.º - Acidentes

1. Todos os Alunos que sofram algum tipo de acidente e que tenham cumprido de forma consciente as regras de segurança no decorrer da aula de Educação Física ou atividades extracurriculares que constem no Plano Anual de Atividades, estão ao abrigo do Seguro Escolar.

2. Em caso de acidente que necessite de assistência médica hospitalar:

a. será solicitada a presença de um colaborador, o qual acompanhará o Aluno até à chegada de um familiar;

b. será dado conhecimento imediato à Direção ou Coordenação Administrativa que informará o respetivo Encarregado de Educação;

c. o Professor deverá reportar o acidente através de comunicação escrita entregue nos serviços administrativos da escola, para a ativação do Seguro Escolar;

d. qualquer lesão sofrida pelos Alunos deverá de imediato, e durante o período da aula, ser comunicada ao Professor que acompanha a turma.

Artigo 7.º - Avaliação dos Alunos

1. Os Alunos serão avaliados de acordo com os Critérios de Avaliação em vigor, definidos pelo Departamento para cada um dos ciclos de ensino.

Artigo 8.º - Casos omissos

1. Todos os casos omissos não referidos anteriormente neste regulamento, terão de ser analisados, decididos e aprovados pelo Representante da Área Disciplinar, Direção ou Conselho Pedagógico.

Artigo 9.º - Entrada em vigor

1. O presente regulamento foi elaborado em reunião de Departamento de Expressões e revisto e aprovado na reunião de Conselho Pedagógico de 9 de setembro de 2025, data em que entrou em vigor.

O Coordenador de Departamento,	A Direção Pedagógica,
João Vieira	Laura Dias

Colégio

verdeágua

Ensino Básico | Academias