

Centro de Estudos de Fátima Ano Letivo 2025 | 2026

REGULAMENTO ESPECÍFICO DE EDUCAÇÃO FÍSICA

CEF



Dadas as características específicas da disciplina de Educação Física, foi entendimento dos professores da Área Disciplinar, elaborar um Regulamento específico da disciplina, que complete o Regulamento Interno da escola, no que à disciplina diz respeito.

Artigo 1.º

Definição das instalações de Educação Física

1. O presente regulamento aplica-se à disciplina e às instalações de educação física existentes no Centro de Estudos de Fátima. As instalações desportivas contam com:
 - a) Pavilhão desportivo;
 - b) Piscina;
 - c) Ginásio;
 - d) Campos exteriores;
 - e) Arrecadação;
 - f) Balneários;
 - g) Sala de professores;

Artigo 2.º

Normas de funcionamento e utilização das instalações desportivas / material desportivo

1. A utilização das instalações desportivas com atividades curriculares e extracurriculares implica sempre a presença do professor de educação física.
2. As atividades físicas e desportivas organizadas por outros elementos da comunidade educativa terão, obrigatoriamente, o aval do grupo de educação física e autorização do órgão de gestão escolar e não deveram colidir com a atividade curricular.
3. As instalações desportivas descobertas destinam-se às atividades curriculares de educação física, podendo ser utilizadas pelos alunos sempre que estejam desocupadas e que estes últimos não se encontrem em tempo de aula.
4. Pessoas não devidamente autorizadas não devem entrar, nem permanecer, nas referidas instalações.
5. As instalações desportivas cobertas e os espaços de apoio devem permanecer fechados quando não estiver em funcionamento e à guarda do respetivo funcionário.
6. A ausência de funcionários para a abertura e vigilância dos balneários, assim como a não existência de condições mínimas de higiene, implica a não realização de qualquer atividade curricular ou não curricular de educação física.
7. As atividades a desenvolver no âmbito da disciplina, terão um carácter predominantemente prático. Sempre que as condições das instalações não o permitirem, as aulas serão teóricas e decorrerão na sala indicada pelo professor.



Artigo 3.º

Distribuição das instalações de Educação Física

1. A distribuição das instalações de educação física é efetuada no início do ano letivo após a receção dos horários.
2. Aquando da realização dos horários, dever-se-á ter em atenção os espaços desportivos existentes, o número de turmas em atividade e a distribuição dos tempos letivos em dias não consecutivos de forma coerente.
3. A distribuição das instalações tem a ver com o plano de educação física definido pelos grupos de recrutamento que define as condições de realização das matérias de ensino.
4. Reserva-se ao professor da turma o direito de alterar o espaço de aula para outro espaço desde que o mesmo se encontre disponível.

Artigo 4.º

Utilização das instalações

1. As instalações desportivas escolares serão utilizadas de acordo com a seguinte ordem de prioridade:
 - a) Atividades curriculares de educação física;
 - b) Desporto escolar;
 - c) Atividades extracurriculares organizadas pelos professores do grupo disciplinar;
 - d) Atividades extracurriculares não organizadas pelos professores do grupo disciplinar;
 - e) Outros utilizadores da escola;
 - f) Outros utilizadores externos à escola.
2. As instalações desportivas poderão ser cedidas gratuitamente ou contra remuneração a outras entidades.
3. A autorização de utilização das instalações desportivas a outros utilizadores externos à escola é da responsabilidade do Diretor.
4. A ocupação dos espaços exteriores fora dos períodos letivos é da inteira responsabilidade dos utilizadores, ficando estes responsabilizados por quaisquer danos que possam ocorrer.

Artigo 5.º

Equipamento Individual do Aluno

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.
3. **O equipamento obrigatório a transportar no saco/mochila de educação física deve ser constituído por:**
 - a) Camisola/T-Shirt adequada à prática desportiva;
 - b) Calças ou calção de treino adequados à prática desportiva;
 - c) Sapatilhas limpas;
 - a) Fato de banho apropriado à prática, chinelos e touca (Natação);
 - b) Sabrinas (Ginásio);
 - c) Toalha, chinelos e produtos de higiene pessoal para o duche.
4. Os alunos deverão tratar do equipamento de educação física para que na aula seguinte se encontre limpo.

Artigo 6.º

Normas a observar pelos alunos

1. Para um correto e funcional aproveitamento das instalações, os alunos deverão ter em conta os seguintes princípios:
 - a) Apresentarem-se nos balneários, no princípio da aula, com o vestuário e calçado exigidos para se equiparem sem perda de tempo;
 - b) Cinco minutos depois do toque, devem estar devidamente equipados para se dirigirem às instalações, onde decorrerá a aula;
 - c) Nas aulas de um bloco (90'), caso o aluno falte ao primeiro meio bloco, deve apresentar-se na aula na hora de entrada do segundo meio bloco, já equipado.
 - d) Os alunos que não participem ativamente nas aulas práticas, por terem atestado médico ou dispensa pontual, devem apresentar-se com sapatilhas calçadas, para que possam ter, na aula, a sua participação (embora não ativa), prestando atenção e apoio às atividades em curso;
 - e) Após o início das aulas, não é permitido, aos alunos, a permanência nos balneários, pelo que serão responsabilizados, caso o façam, por qualquer irregularidade aí detetada;
 - f) Os estragos de material, provocados pelo seu uso indevido, serão da inteira responsabilidade dos alunos e motivarão procedimentos disciplinares;
 - g) Os delegados de turma devem ser responsáveis pelo bom ambiente nos balneários, onde a não observância do respeito mútuo e de outras normas próprias da sã convivência, só prejudicará os alunos, podendo dar origem à aplicação de penas disciplinares;
 - h) No início das atividades, cada aluno deverá levantar a chave do seu cacifo para guardar os seus valores e depois do duche voltar a entregar a chave;



- i) Em caso de mal-estar, acidente ou de algum acontecimento anormal, os alunos devem avisar imediatamente o professor.
- j) Terminadas as atividades, com a devida autorização do professor, todos os alunos abandonarão as instalações e dirigir-se-ão para os respetivos balneários, sem atropelos nem correrias;
- k) Por questões de higiene, os alunos devem tomar banho após as aulas de Educação Física.
- l) Os alunos que não tenham aula, por falta de professor, só poderão utilizar as instalações desportivas, após responsabilização de um professor da disciplina que esteja a lecionar naquele momento, exigindo que os alunos se equipem devidamente;
- m) Os alunos apenas podem utilizar o material de educação física quando o professor autorizar;
- n) Cada aluno e/ou turma são responsáveis pela utilização adequada do material. Sempre que isso não se verificar e daí advirem danos e prejuízos no material os mesmos terão de o substituir, arranjar ou pagar;
- o) O não cumprimento desta regra implica a comunicação da ocorrência ao diretor de turma e através deste aos respetivos encarregados de educação, aos quais será exigido o pagamento do material em falta. No caso de alunos que sejam encarregados de educação, de si próprios, o diretor de turma exigirá o referido pagamento.
- p) Os alunos não podem sair do espaço de aula enquanto o material utilizado não for conferido e corretamente arrumado nos locais indicados pelo professor.
- q) Os alunos só podem entrar na arrecadação do material quando autorizados e acompanhados pelo respetivo professor ou assistente operacional.

Artigo 7.º

Utilização de Balneários/Pavilhão

1. À hora da aula, os alunos deverão estar à porta do pavilhão.
2. A entrada para os balneários será feita por indicação do professor ou do assistente operacional que se encontra no local.
3. O acesso aos balneários é restrito aos alunos que vão ter aula de educação física naquele tempo letivo.
4. O balneário é um local onde as atitudes e comportamentos devem ser idênticos aos exigidos no decorrer das aulas, respeitando os funcionários e as indicações por eles transmitidas.
5. Durante as aulas de educação física não é permitido o uso de qualquer tipo de adorno (relógios, brincos, anéis, pulseiras, fios, etc.) que possam por pôr em risco a integridade física quer do próprio aluno quer dos outros. Se isto se verificar, a responsabilidade é unicamente do proprietário dos objetos que causarem o acidente.



6. É expressamente proibido comer ou beber no espaço dos balneários, ginásio, piscina ou pavilhão.
7. Os sacos, mochilas, livros e cadernos de outras disciplinas ou outros objetos, não devem ser levados para as aulas práticas de educação física.
8. As roupas, sapatos e restante material deverão ficar arrumadas nos cabides / bancos.
9. A porta de acesso ao Pavilhão estará encerrada durante o tempo de realização das atividades letivas.
10. Durante as aulas de educação física os balneários permanecerão fechados com as seguintes exceções:
 - a) Para que um aluno que apenas esteja presente na primeira hora se desequipe.
 - b) Para que um aluno que apenas esteja presente na segunda hora se equipe.
 - c) Em situações pontuais e com a devida autorização do professor e acompanhamento do assistente operacional.
11. Só é permitida a entrada no pavilhão com sapatilhas, mesmo quando os alunos forem dispensados das aulas.
12. No final das aulas os alunos reentrarão nos balneários dez minutos antes da hora de saída para tomarem duche rápido.
13. Os alunos devem deixar os balneários livres antes do toque de entrada para a aula seguinte de forma a respeitar o cumprimento dos horários letivos.
14. Os alunos deverão zelar para que os balneários fiquem completamente arrumados e limpos.
15. Quer à entrada quer à saída, os alunos deverão avisar de imediato o assistente operacional para qualquer anomalia verificada no balneário.

Artigo 8.º

Valores

1. Os alunos são aconselhados a não serem portadores de valores, nos dias em que têm aulas de Educação Física, ou a deixá-los nos cacifos pessoais, uma vez que a escola disponibiliza cacifos para os alunos.
2. Só depois da aula terminada e de todos se terem desequipado e vestido, é que devem ir buscar os seus valores ao cacifo e entregar a chave ao assistente operacional.
3. Nem os professores de Educação Física, nem os assistentes operacionais do Pavilhão podem ser responsabilizados pelos valores que fiquem no balneário e que desapareçam.
4. Qualquer alteração a estes procedimentos por parte dos alunos responsabilizará os mesmos para qualquer valor que desapareça.



Artigo 9.º

Dispensas/assiduidade

1. A presença dos alunos na escola implica, necessariamente, a sua comparência nas aulas de educação física, devidamente equipados para as mesmas.
2. Na ausência de equipamento adequado para a prática de atividade física por parte do aluno, sem justificação, deverá o Professor registar a falta de material, advertindo o aluno, de forma que esta situação não se repita.
3. A cada ausência injustificada de material, será registada no Programa Inovar, em local próprio para o efeito. Três faltas de material, perfazem uma falta de presença injustificada.
4. Sempre que os alunos apresentem atestado médico ou sejam advertidos por falta de material, a sua permanência na aula é obrigatória. Estes alunos ficam dispensados da atividade prática, mas não da atividade teórica e das tarefas de gestão da aula.
5. Os Atestados Médicos, que recomendam a dispensa parcial ou total das atividades físicas, devem ser entregues ao Diretor de Turma com conhecimento ao professor de Educação Física, dentro dos prazos legais. Estes atestados deverão esclarecer claramente os seguintes aspetos, em relação à prática física:
 - a) as atividades / exercícios que estão interditas ao aluno;
 - b) as que são permitidas de forma condicionada;
 - c) as atividades que, por serem benéficas para o aluno, podem ser praticadas sem contraindicação;
6. Os alunos que, através de Atestado Médico, se encontrem temporariamente impossibilitados da prática de atividade física (durante a totalidade ou parte do período letivo), serão avaliados de acordo com os critérios de avaliação específicos da disciplina para alunos com atestado médico, com o respetivo conhecimento do Diretor de Turma e do Encarregado de Educação.
7. Os alunos apenas estão dispensados da avaliação prática mediante a apresentação de um Atestado Médico que o justifique.

Artigo 10.º

Ação do professor

1. Para que as aulas de educação física possam ter uma ação relevante na formação dos alunos, os professores desta disciplina devem respeitar as seguintes normas:
 - a) Dar a conhecer os seus alunos o regulamento de utilização das instalações e a sua importância para o bom funcionamento das atividades que nelas decorrem;
 - b) Dar as aulas por terminadas 10 minutos antes da hora de término da aula, para que os alunos possam realizar a sua higiene pessoal e não se atrasem para a aula seguinte;



- c) Apresentarem-se devidamente equipados para o tipo de aula a lecionar, dando aos alunos um exemplo de atitude higiénica, de forma a terem uma perfeita participação na aula;
- d) A verificação da presença dos alunos deverá ser feita no local de realização da aula, de forma a evitar a aglomeração e a confusão, na saída dos vestiários;
- e) Não permitir que os alunos participem nas aulas práticas sem estarem devidamente equipados;
- f) Devem estabelecer um critério uniforme e coerente na concessão de dispensas aos alunos sem atestado médico;
- g) São responsáveis pelo material utilizado na aula, pelo que deverão ter o máximo de cuidado na sua utilização assegurando-se de que fica colocado e arrumado nos locais apropriados no final da aula;
- h) Não devem permitir que os alunos permaneçam no pavilhão, após o final da aula;
- i) Os professores devem deixar o espaço por si utilizado limpo e disponível para o professor seguinte;
- j) Em caso de acidente ou lesão se for necessário será chamada a ambulância do INEM. Neste caso o encarregado de educação será sempre avisado;
- k) Quando as condições climatéricas não permitirem a realização de aulas práticas, os alunos deverão ser ocupados com aulas teóricas, caso haja salas disponíveis.

Artigo 11.º

Diretor de Instalações

- 1. Compete ao Diretor de Instalações:
 - a) Responsabilizar-se perante o órgão de gestão pelo material existente nas instalações de educação física, de acordo com o inventário entregue no início do ano letivo e findo o qual fará o respetivo balanço;
 - b) Elaborar o mapa de ocupação/rotação de instalações desportivas e balneários a utilizar por cada turma no decorrer do ano letivo;
 - c) Entregar semestralmente a lista de material a abater e que, entretanto, foi sujeito a desgaste, danos ou extravio;
 - d) Propor ao órgão de gestão a aquisição de novos equipamentos ou materiais de interesse pedagógico, ouvido o grupo de educação física e por fazer a receção de todo o material desportivo incluindo-o no respetivo inventário;
 - e) Atualizar o inventário de todo o material adstrito à área disciplinar;
 - f) Coordenar a atividade do assistente operacional do pavilhão;
 - g) Promover em cada ano letivo, a divulgação deste regulamento aos docentes do grupo.



Artigo 14.º

Ocorrências / Acidentes

1. Todos os alunos que 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 Assistente Operacional, o qual acompanhará o aluno até à chegada de um familiar;
 - b) Do acidente será dado conhecimento imediato à Direção de Turma e Serviços Administrativos, que providenciará no sentido de informar 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 responsável.

Artigo 15.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 16.º

Casos omissos

Todos os casos omissos não referidos anteriormente neste regulamento, terão de ser analisados, decididos e aprovados pela: Coordenação do departamento, Direção ou Conselho Pedagógico.

Fátima, 12 de setembro de 2025

A Coordenadora,
(Mara Sofia Simões)