





ESPAÇOS DE AULA

- Ginásio;
- Campo polidesportivo (na escola);
- Pavilhão (fora da escola);
- Parque Urbano de Fitares (mata).



Equipamento

Aula

T-shirt da Escola (obrigatória)
Sapatilhas de **sola branca** (ginásio)
Ténis de **sola limpa** (pavilhão)
Ténis (de exterior)
Meias desportivas
Calções ou fato de treino
Boné
Camisola e **corta vento**

Banho

Roupa interior
Toalha e chinelos
Sabonete ou gel/champô
Fato de banho e touca (opcionais)

O equipamento de Educação Física deve estar limpo e identificado com o nome do aluno e a respetiva turma. **Os alunos devem vir equipados de casa. Os 3 tipos de calçado devem vir para todas as aulas.** De acordo com o regulamento interno do Agrupamento, após a 3.^a falta de material na disciplina de Ed. Física o aluno passa a ter falta de presença.



Equipamento opcional

Também é possível adquirir na papelaria da escola:

- T-shirt de manga comprida;
- Leggings;
- Calça de fato de treino;
- Saia calção.

Este vestuário é opcional e está identificado com o logotipo do Agrupamento.



KIT PESSOAL DE EDUCAÇÃO FÍSICA

- Toalha pequena;
- Toalhas húmidas;
- Desodorizante;
- Garrafa de água reutilizável.



Questões de segurança (unhas)

Relativamente às unhas compridas, estas não serão permitidas na prática de modalidades coletivas, desportos de combate, ginástica acrobática e todas as atividades com contacto, para preservação da integridade física dos alunos e professores.



BANHO

- O banho será obrigatório após as aulas de 90 minutos que ocorram no espaço exterior (polidesportivo da escola).
- Deves:
 - Utilizar sempre os chinelos (evitas algumas doenças de pele);
 - Usar sabão ou gel de banho/champô;
 - Não estar demasiado tempo no banho;
 - Utilizar apenas a tua toalha;
 - No final secar bem as costas, o cabelo, os ouvidos e os pés (principalmente entre os dedos – para prevenir micoses).

Nota: Os alunos serão atempadamente informados da rotação dos espaços (que também estará afixado no edifício do ginásio).



BANHO

- O aluno terá que apresentar atestado médico que justifique a razão para não tomar banho;
- Os alunos podem tomar banho de touca para não molhar o cabelo;
- Caso pretendam, os alunos podem tomar banho de roupa interior ou fato de banho.



DESPORTO ESCOLAR

- Dança (para todos os alunos);
- Basquetebol iniciados masculino (2009/20010);
- Boccia (para todos os alunos);
- Futsal infantis masculino (2011/2012);
- Natação (para todos os alunos);
- Triatlo (para todos os alunos);
- Bicicletas (para todos os alunos) - podem usar bicicleta e capacete próprio; máximo 12 alunos por treino;
- Ténis de mesa (para todos os alunos);
- Atletismo (para todos os alunos).



DESPORTO ESCOLAR

CrITÉRIOS Seleção Natação:

- Continuidade, assiduidade, competição (quando convocado) - no ano anterior
- Saber nadar (costas)

CrITÉRIOS Seleção DE sobre Rodas:

- Continuidade, assiduidade - no ano anterior
- Saber andar de bicicleta

CrITÉRIOS seleção restantes modalidades:

- Continuidade, assiduidade, competição (quando convocado) - no ano anterior;
- Prova específica – se necessário.

HAVER COMPROMISSO DOS ENC. ED. RELATIVAMENTE À COMPETIÇÃO

- **NOTA:** O professor de Educação Física entrega o papel das inscrições aos alunos interessados e informa sobre a data de início da atividade.



Outras ofertas educativas

- Iniciação à Natação (destinado a alunos que não sabem nadar);
- Clube de Basquetebol feminino e masculino (nascidos em 2011 / 2012 / 2013).