



REPÚBLICA
PORTUGUESA

EDUCAÇÃO



Agrupamento de
escolas de **tábua**

Cod. 161 482

SEDE - Escola Secundária de Tábua
Cod. 403 647

PLANO DE FUNCIONAMENTO

EDUCAÇÃO FÍSICA

2020/2021

ORIENTAÇÕES PARA A REALIZAÇÃO EM REGIME PRESENCIAL DAS AULAS PRÁTICAS DE EDUCAÇÃO FÍSICA

As condições de funcionamento das aulas de Educação Física e dos treinos de Desporto Escolar devem ser equacionadas no contexto das decisões de organização geral de cada escola e considerar as orientações definidas pelas autoridades de Saúde sobre distanciamento social, higiene e utilização de materiais e equipamentos.

Assim, o grupo disciplinar de educação física elaborou um plano de funcionamento para ser implementado, em regime presencial, nas aulas práticas de educação física e deporto escolar, tendo como base a realidade educativa do nosso agrupamento, bem como as suas características físicas e que descreve, de forma sucinta, a prevenção e controlo de infeção de casos de Coronavírus COVID 19 nos espaços utilizados para a realização das mesmas.

Este documento teve como base as orientações nº 014/2020 e nº 030/2020, da Direção Geral de Saúde (DGS) e as diretrizes presentes nas Orientações para a realização em regime presencial das aulas práticas de educação física, Direção Geral da Educação (DGE).

Dando cumprimento às orientações emanadas, será adotada uma rotação de espaços, definindo o local da aula (pavilhão gimnodesportivo, espaços exteriores e sala de aula), os vestiários a utilizar (pavilhão e EB2 exteriores) e a sua periodicidade (quinzenalmente).

As indicações expressas são válidas para toda a comunidade educativa e devem ser respeitadas e seguidas por todos.

Regras de funcionamento geral das aulas

1. É obrigatório o uso de máscara em todos espaços/momentos da aula, exceto aquando da realização de exercício físico. Os professores poderão solicitar o uso de máscara em atividades de risco incrementado.
2. Cada aluno deve ser portador de uma pequena mochila/saco para colocar, após a entrada no espaço de aula, a sua máscara, a sua garrafa de água (já que estão interditos os pontos de água) e os seus valores (telemóveis, carteiras, etc). A máscara deverá ser guardada num recipiente (ex. saco) individual.
3. No pavilhão, serão estipulados locais próprios para que cada aluno possa colocar a mochila/saco, referido no ponto anterior.
4. É obrigatória a higienização das mãos à entrada e à saída das aulas de Educação Física e dos treinos de Desporto Escolar.

5. É aconselhado, sempre que possível, a utilização de calçado exclusivo para as aulas práticas de educação física e desporto escolar.
6. Não será permitida a utilização dos chuveiros, mas apenas dos vestiários.
7. Serão disponibilizados em todos os espaços de aulas, dispensadores de solução à base de álcool para a limpeza das mãos.
8. Não serão privilegiados os espaços exteriores para as aulas práticas.
9. Os professores de educação física estão dispensados da obrigatoriedade do uso de máscara apenas durante a lecionação de períodos que impliquem realização de exercício físico.
10. As instalações sanitárias só podem ser usadas em situação de emergência, sendo obrigatória a colocação da máscara.

Acesso a vestiários e espaços da aula

Escola Secundária – Pavilhão Gimnodesportivo

11. O acesso aos vestiários (masculino e feminino) será realizada pela porta exterior dos mesmos, sendo obrigatória a passagem de todos os alunos pelos mesmos, inclusivamente situações de atestado médico, faltas de material e alunos já equipados.
12. Só terão acesso aos vestiários (masculino e feminino) duas turmas de acordo com a rotação de espaços definida.
13. A entrada no vestiário será realizada de forma faseada, de acordo com os seguintes critérios: primeiro entra a turma do ano de escolaridade inferior; se forem turmas do mesmo ano, a entrada será feita por ordem alfabética.
14. A turma só entra nos vestiários após o toque de entrada aguardando as indicações do assistente operacional.
15. A turma seguinte apenas terá acesso ao vestiário, por indicação do assistente operacional, e quando a turma anterior tiver abandonado o espaço.
16. Será vedado o acesso aos vestiários ao aluno que não se apresente dentro do tempo estabelecido para se equipar (5 minutos após a ordem de entrada).
17. Apesar do descrito no ponto anterior, será permitido ao aluno assistir às atividades da aula, podendo ser-lhe atribuído a realização de tarefas, pelo que deverá aguardar a ordem de entrada junto à porta principal do pavilhão.
18. Depois de equipados os alunos devem dirigir-se para o interior do pavilhão, deixando os seus pertences no balneário, com exceção do referido no número 2 deste documento.

19. Após a entrada no pavilhão os alunos devem seguir as orientações dadas pelos professores, de forma a garantir uma circulação em segurança.
20. O acesso ao vestiário no final da aula será realizado seguindo os mesmos procedimentos adotados à entrada.
21. Durante a permanência de alunos no vestiário prevê-se, sempre que possível, a presença de um assistente operacional.
22. Será vedado, aos alunos, o acesso ao vestiário durante o decorrer da aula, (salvo situações devidamente justificadas e apenas com autorização prévia do professor, sendo o aluno acompanhado pelo assistente operacional).

Vestiários exteriores – EB2

23. O acesso aos vestiários (masculino e feminino) será realizado, respetivamente, pelas únicas portas existentes.
24. Só terá acesso aos vestiários (masculino e feminino) uma turma de acordo com a rotação de espaços definida.
25. A turma só entra nos vestiários após o toque de entrada aguardando as indicações do assistente operacional.
26. Depois de equipados os alunos devem dirigir-se para o espaço da aula, deixando os seus pertences no balneário, com exceção do referido no número 2 deste documento.
27. O acesso ao vestiário no final da aula será realizado seguindo os mesmos procedimentos adotados à entrada.
28. Durante a permanência de alunos no vestiário prevê-se, sempre que possível, a presença de um assistente operacional.
29. Será vedado, aos alunos, o acesso ao vestiário durante o decorrer da aula, (salvo situações devidamente justificadas e apenas com autorização prévia do professor, sendo o aluno acompanhado pelo assistente operacional).

Vestiários EB2

30. O acesso aos vestiários (masculino e feminino) será realizado, respetivamente, pelas únicas portas existentes.
31. Só terá acesso aos vestiários (masculino e feminino) uma turma.
32. A entrada no vestiário será realizada de forma faseada, de acordo com os seguintes critérios: primeiro entram, respetivamente, metade dos rapazes e das raparigas. De seguida, entram os restantes. A entrada será feita por ordem alfabética.

33. A turma só entra nos vestiários após o toque de entrada aguardando as indicações do assistente operacional.
34. Depois de equipados os alunos devem dirigir-se para o interior do pavilhão/espço exterior, deixando os seus pertences no balneário, com exceção do referido no número 2 deste documento.
35. Seguidamente, no pavilhão/espço exterior os alunos devem seguir as orientações dadas pelo professor, de forma a garantir uma circulação em segurança.
36. O acesso ao vestiário no final da aula será realizado seguindo os mesmos procedimentos adotados à entrada.
37. Durante a permanência de alunos no vestiário prevê-se, sempre que possível, a presença de um assistente operacional.
38. Será vedado, aos alunos, o acesso ao vestiário durante o decorrer da aula, (salvo situações devidamente justificadas e apenas com autorização prévia do professor, sendo o aluno acompanhado pelo assistente operacional).

Procedimentos durante as aulas

39. Em todos os espaços utilizados para as aulas práticas será definido um local para os alunos permanecerem no início da aula, garantido o devido distanciamento social.
40. Durante o decorrer da aula serão criadas rotinas para a higienização das mãos.
41. Os materiais serão, sempre que possível, devidamente identificados de forma a que os alunos reconheçam, em qualquer momento, aqueles que tem manuseado.
42. Não é permitida a utilização dos coletes.

Planeamento curricular de educação física

Em função das orientações disponibilizadas para a preparação do ano letivo 2020-2021 e procurando atuar de modo a potenciar o desenvolvimento, de forma contínua, das atividades que não tiveram o aprofundamento desejado ou não foram efetivamente abordadas, o planeamento da disciplina deve procurar priorizar os seguintes aspetos:

- Identificar os alunos que demonstraram maiores constrangimentos no acesso, desenvolvimento e acompanhamento das tarefas propostas no âmbito do Plano de E@D;
- Minimizar os eventuais efeitos que o confinamento possa ter tido nos índices de atividade física dos alunos, enfatizando as atividades que permitam melhorar os níveis de aptidão física;

- Promover a autonomia dos alunos, fornecendo-lhes os conhecimentos e as ferramentas necessárias, para que a aprendizagem dos processos de desenvolvimento e manutenção da aptidão física seja adaptada às suas características individuais;
- Desenvolver as habilidades motoras básicas fundamentais, para melhorar a competência motora dos alunos;
- Valorizar a aquisição, de forma o mais individualizada possível, de um conjunto alargado de técnicas associadas às atividades físicas abordadas em contexto curricular;
- Privilegiar a lecionação de situações de aprendizagem individuais, bem como a utilização de jogos reduzidos e condicionados;
- Utilizar os recursos tecnológicos disponíveis (plataforma FITescola®) como ferramenta útil na promoção e desenvolvimento de um estilo de vida saudável e fisicamente ativo e na melhoria da aptidão física dos alunos;
- Desenvolver, no âmbito dos conhecimentos, as aprendizagens requeridas para cada ano de escolaridade através de trabalho autónomo ou nos momentos online que possam vir a decorrer ao longo do ano (caso seja necessário transitar para ensino misto ou ensino à distância).

Higienização dos materiais após as aulas

43. A higienização dos materiais é da responsabilidade dos assistentes operacionais.
44. Após a aula, todo o material utilizado deverá ser colocado num carrinho (vermelho) para que possa ser higienizado.
45. A higienização dos materiais utilizados deverá ser realizada durante o tempo de aula seguinte.
46. Após higienização do material este deve ser colocado na arrecadação.
47. O material não poroso, como bolas, raquetas, volantes, etc deverá ser higienizado no início do dia, antes e após cada utilização. No caso do material poroso, que seja necessário utilizar, deverá ser revestido a película aderente que será desinfetada antes e após cada utilização e substituída no final do dia.

Espaços disponíveis para as aulas práticas de educação física

- Pavilhão gimnodesportivo (escola secundária)
- Espaços exteriores (escola secundária e EB2)
- Pavilhão gimnodesportivo (EB2)
- Pista de atletismo (escola secundária)

- Campos exteriores de Giravolei (escola secundária)

NOTA FINAL

O presente Plano poderá estar sujeito a ajustes e atualizações a qualquer momento em função de novas condições e/ ou orientações.