

## REGULAMENTO ESPECÍFICO DO DESPORTO ESCOLAR Desportos Gímnicos

No âmbito do *DESPORTO ESCOLAR - DESPORTOS GÍMNICOS*, os alunos devem:

1. Entregar ao professor responsável a autorização para a prática da modalidade, devidamente autenticada pelo **Encarregado de Educação**.
2. Entrar no pavilhão após ordem do auxiliar ocupando apenas os balneários/vestiários que lhes forem indicados e respeitar, cumprir todas as indicações que os auxiliares de educação lhes transmitirem;
3. Guardar os seus valores no cacifo. Caso desapareçam valores não colocados nesse local, a responsabilidade será do próprio lesado;
4. Entrar no espaço de prática apenas com a autorização do professor responsável e abandonar o espaço à ordem do professor responsável;
5. Conhecer os aparelhos que utilizam para a prática desta modalidade (Trampolim, Duplo mini-trampolim, Mini-trampolim, Colchões de queda e protecções, colchões e rolo de praticável);
6. Saber manusear e utilizar os equipamentos disponíveis (trampolim, duplo mini-trampolim, mini-trampolim e material de segurança) apenas na presença do professor responsável;
7. Guardar os seus valores no cacifo. Caso desapareçam valores não colocados nesse local, a responsabilidade será do próprio lesado;
8. Entrar de forma organizada e manter o silêncio e a disciplina necessários ao bom funcionamento dos treinos;
9. Apresentar-se para a realização dos treinos devidamente equipados (t-shirt, calças/calções não muito largos e sapatilhas de ginástica ou meias limpas),

não esquecendo os materiais necessários à higiene pessoal - os alunos devem zelar pelas boas condições higiénicas;

10. Guardar todos os adereços (brincos, anéis, pulseiras, fios, relógios) no seu cacifo, não utilizando durante a actividade, para que não possam por em causa a sua segurança e dos colegas;

11. Ser responsáveis pela correcta e mais adequada utilização do material desportivo e instalações, mantendo a sua segurança e a dos colegas.

Caso o danifiquem o material e espaço, por uso inadequado, terão de o substituir, reparar ou pagar. Serão punidos todos os actos de vandalismo, desobediência e indisciplina. Qualquer acidente verificado pelo uso inadequado do material, será da responsabilidade de quem o pratique.

12. Assegurar e contribuir para a limpeza das instalações do parque desportivo, nomeadamente não deitando papéis ou outros objectos para o chão, mas sim utilizando os recipientes próprios para o efeito;

13. Realizar um aquecimento específico prévio antes de executar qualquer exercício gímnico sob a orientação do professor responsável;

14. Não falar com um aluno em actividade ou outra apresentar qualquer outro tipo de comportamento, de forma que perturbe a concentração deste, pois pode ser motivo de acidentes;

15. Respeitar as orientações do professor responsável para melhorarem as suas prestações desportivas;

16. Todos os intervenientes no processo educativo devem conhecer as Normas de funcionamento do Desporto Escolar-Desportos Gímnicos assim como da disciplina de Educação Física;

17. Qualquer situação omissa neste regulamento terá de ser analisada e resolvida pelo professor responsável e pelo Coordenador do Desporto Escolar.