

# INFORMATIVO 2021

## Educação Física

Florianópolis, 08 de fevereiro de 2021.

De acordo com a Organização Mundial de Saúde, a atividade física contribui significativamente para combater as doenças da vida moderna. Especialmente em jovens, a atividade física interage positivamente com as estratégias para adoção de uma dieta saudável, desestimula o tabagismo, o uso de álcool e drogas, reduz a violência e promove a interação social, conforme explica Drauzio Varella.

Todo aluno de ensino regulamentar deve ter frequência e avaliação na disciplina de Educação Física. Para os alunos das primeiras e segundas séries, a avaliação é composta da média entre a nota de participação e de um teste escrito. Os alunos do Terceirão têm sua nota formada somente a partir de sua participação nas aulas. Para facilitar o acesso às atividades da Educação Física com a segurança e qualidade desejadas, as aulas serão realizadas nos seguintes locais:

- Astel – Itacorubi;
- Colégio Energia.

As instalações adequadas à realização das atividades são ginásios de esportes, campos de futebol com grama sintética e ambientes próprios para caminhadas e atividades similares. O desenvolvimento da disciplina ocorrerá em aulas-faixa para evitar deslocamentos extras.

Fique atento(a) a estas regras importantes:

- Os estudantes com problemas de saúde para a prática de atividades físicas deverão optar pelo xadrez (consultar a Coordenação de Educação Física).
- Praticantes de atividades físicas regulares (atletas e alunos de academias ou clubes) serão dispensados nas seguintes condições:

– Frequentar clubes e academias (filiações ao Conselho Regional de Educação Física – Cref) regulamentados conforme previsto na Lei nº 9.696, de 1º de setembro de 1998. As avaliações deverão ser realizadas por profissionais de Educação Física registrados no Cref e sob supervisão dos professores do Energia. As academias devem dispor de CNPJ;

– Apresentar a declaração padrão do Energia, no período determinado, para viabilizar a dispensa em virtude da frequência à academia ou ao clube;

– Apresentar à Secretaria do Colégio, trimestralmente, nota e frequência do período em formulário padrão, de acordo com o quadro a seguir:

Trimestre	1ª e 2ª séries	3ª série
1º	29/04 a 11/05	12/04 a 03/05
2º	02/08 a 15/08	09/08 a 25/08
3º	03/11 a 20/11	07/10 a 23/10

– Iniciar e completar a atividade física (na Escola, na academia ou no clube) com o mesmo professor, de forma a contemplar todo o trimestre;

– Usar obrigatoriamente tênis, roupas leves e adequadas para a prática de atividades físicas. A Escola, através da Coordenação de Educação Física, poderá supervisionar as atividades em clubes e academias com o objetivo de validar as notas.

A finalidade da disciplina de Educação Física do Sistema de Ensino Energia é educar seus alunos para a prática de atividades físicas regulares e de lazer no seu tempo livre, a fim de conscientizá-los dos benefícios de uma vida ativa e saudável.

### Horário de atendimento para inscrição

#### • 1ª e 2ª séries:

Inscrições on-line pelo e-mail [educacaofisicaenergia@gmail.com](mailto:educacaofisicaenergia@gmail.com) até o dia 18/02

#### • Terceirão:

Inscrições on-line pelo e-mail [educacaofisicaenergia@gmail.com](mailto:educacaofisicaenergia@gmail.com) até o dia 26/02

• Início das aulas: 01/03.

### Informações gerais

#### Atividades especiais previstas para 2020

- Jogos Internos do Energia;
- Competições extraclasse.

#### Período de inscrição

	1ª e 2ª séries	3ª série
Educação Física	11/02 a 18/02	19/02 a 26/02
Retirada da declaração-padrão	11/02	19/02
Entrega da declaração-padrão preenchida	18/02	26/02



