



pafe

**PROGRAMA DE ATIVIDADE FÍSICA PARA ESTUDANTES
DO POLITÉCNICO DE LEIRIA**

Normas de Funcionamento

Leiria, 03 de novembro de 2020

As presentes Normas de funcionamento do PAFE® - Programa de Atividade Física para Estudantes do Politécnico de Leiria, adiante designadas abreviadamente por Normas, definem os princípios gerais, as condições de acesso e a participação no PAFE®.

1 - Âmbito:

As presentes Normas são aplicáveis ao PAFE®.

2 - Coordenação:

- 1 Docente do curso de Desporto e Bem-Estar da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Politécnico de Leiria;
- 1 Técnico Superior do Setor do Desporto dos Serviços de Ação Social do Politécnico de Leiria;
- 1 Membro do Centro de Investigação em Qualidade de Vida da Escola Superior de Educação e Ciências Sociais do Politécnico de Leiria.

3 - Destinatários:

3.1. O PAFE® destina-se a todos os estudantes do Politécnico de Leiria com matrícula ativa.

3.2. Os estudantes interessados devem proceder à sua inscrição prévia, a qual será validada pela Coordenação do Programa.

4 - Condições de acesso:

O PAFE® tem um número limitado de 30 estudantes por sessão. Para aceitação do participante no Programa, são tidos em conta os seguintes critérios:

- a) Estar matriculado no Politécnico de Leiria e ter a situação relativa às propinas devidamente regularizada:

- b) Data e horário da inscrição;
- c) Não possuir impedimentos de saúde para a realização das atividades.

5 - Inscrições:

A pré-inscrição dos participantes deve ser feita através do preenchimento de um formulário próprio, a disponibilizar pela Coordenação do PAFE®, via correio eletrónico de estudante.

As fichas de inscrição são numeradas de acordo com a ordem de receção pelos serviços.

As vagas existentes serão preenchidas obedecendo à ordem de chegada da inscrição e respetivo comprovativo do pagamento.

A inscrição só ficará formalizada após a comparência na primeira sessão e realização da avaliação inicial.

Esgotando-se as vagas, o estudante inscrito passará para a lista de espera, sendo contactado para proceder à inscrição, caso surja uma vaga. Terá 48 horas, após o contacto, para formalizar a inscrição.

NOTA: A inscrição no ano letivo de 2020/2021 carece de um regime excecional de gratuidade, face à Pandemia COVID-19. Devendo, no entanto, o estudante comparecer a um mínimo mensal de 50% das sessões a que se inscreveu.

6 - Desistência:

Qualquer desistência de frequência do PAFE® deve ser comunicada ao Setor do Desporto dos Serviços de Ação Social do Politécnico de Leiria via correio eletrónico para pafe@ipleiria.pt. Esta comunicação deve ser efetuada, com pelo menos, 5 (cinco) dias de antecedência. O estudante recebe via correio eletrónico, a confirmação da sua desistência do Programa. Será suspenso o pagamento da mensalidade a partir do mês seguinte à notificação da confirmação da desistência.

7 - Suspensão ou exclusão da participação no Programa:

7.1. Será automaticamente excluído do Programa todo o estudante que:

- a) Tenha, sem justificativa válida, uma taxa de assiduidade inferior a 50% das sessões asseguradas mensalmente;
- b) Oculte informação relativa a impedimentos, a nível de saúde ou outro, para a realização das atividades do PAFE®;
- c) Viole os deveres previstos nas presentes Normas de Funcionamento, em termos que se revelem perturbadores para o normal funcionamento das atividades.

7.2. Outros casos que a Coordenação determine.

8 - Atividades:

Todas as atividades que constam do PAFE® estão adaptadas à idade e aptidão física dos participantes, de acordo com as normas de segurança das mesmas e a condição física de cada um. Cada estudante é responsável por informar os instrutores e/ou a Coordenação do PAFE® dos seus impedimentos, a nível de saúde ou outro, na realização das atividades do Programa.

A Coordenação do PAFE® reserva-se ao direito de excluir do Programa o estudante que oculte esta informação e/ou aquele que a Coordenação entenda não reunir as condições para a sua frequência.

O programa de atividades pode ser objeto de alterações, da responsabilidade da Coordenação, ou do interesse dos participantes, motivadas por fatores externos.

Estas alterações podem passar por:

- Substituição de atividades;
- Alteração de horários;
- Substituição de instrutores;
- Outros.

9 - Horários de funcionamento:

Os horários, atividades e a duração do Programa, são divulgados aquando do preenchimento da ficha de inscrição.

O estudante pode frequentar, no máximo 5 e no mínimo 2, sessões disponíveis por semana.

As sessões funcionam com um número máximo de 30, e um número mínimo de 4 participantes, devidamente inscritos no horário do PAFE®.

10 - Infraestruturas:

As atividades do PAFE® funcionam nos seguintes espaços desportivos:

- Ginásio Professor Afonso Carvalho (ESECS);
- Balneários (ESECS);
- Campo de Jogos do Politécnico de Leiria (junto aos Serviços Centrais).

A Coordenação do PAFE® pode definir outros espaços para a realização das atividades, alertando antecipadamente para o efeito, via correio eletrónico.

11 - Equipamento para participação nas sessões de treino:

Para a realização das sessões de treino, o estudante deve fazer-se acompanhar sempre de equipamento desportivo adequado à prática da modalidade em que participa (*t-shirt*, calções, ténis, fato de treino e toalha).

No caso das sessões a realizar no ginásio Professor Afonso Carvalho é obrigatório o uso de calçado que não seja habitualmente utilizado no exterior (COVID-19).

O estudante deve fazer-se acompanhar sempre de uma garrafa com água.

12 - Deveres do praticante:

Constituem deveres do estudante participante nas atividades do PAFE®, sob pena de afastamento do Programa:

- Ser assíduo e pontual;
- Apresentar-se no local, 5 minutos antes da hora marcada para o início das atividades, devidamente equipado;
- Assinar o mapa de presenças aos treinos;
- Seguir as orientações do instrutor;
- Tratar com respeito e correção qualquer elemento pertencente ao PAFE® e demais utilizadores das instalações;
- Contribuir para a harmonia da convivência no seio do grupo;
- Respeitar a integridade física e moral de todos os elementos do grupo;
- Zelar pela preservação, conservação e asseio das instalações, bem como do material de treino fazendo uso correto dos mesmos;
- Conhecer as regras de funcionamento plasmadas nas presentes Normas e cumpri-las integralmente.

A violação dos deveres previstos nas presentes Normas, que se revelem perturbadores do normal funcionamento das atividades, constitui infração disciplinar que pode levar à aplicação de medidas disciplinares. Estas podem ser:

- Advertência por escrito;
- Ordem de saída da sessão;
- Suspensão da sua participação no PAFE®.

13 - Casos omissos:

Os casos omissos serão resolvidos e colmatados pela Coordenação do PAFE®, em articulação com o Administrador dos Serviços de Ação Social do Politécnico de Leiria que se reserva a proceder às alterações que julgar convenientes.

Anexo

Face à pandemia COVID-19, as regras para o normal desenrolar das atividades práticas estão condicionadas, de acordo com as normas da Direção-Geral da Saúde (Desporto e Competições Desportivas), de 25 de agosto de 2020, podendo ser atualizadas a qualquer momento:

- Uso de máscara obrigatório para o instrutor (exceção quando fornece instrução e com o devido distanciamento físico);
- Uso de máscara obrigatório para os estudantes em toda a circulação no pavilhão, à exceção das situações de prática (estacionária);
- Distanciamento físico (3 metros em situação de prática);
- Preferencialmente, não devem ser utilizados os balneários – wc em caso de urgência (lotação afixada no local);
- Os estudantes deverão vir equipados de casa;
- Troca de calçado obrigatória no local definido, em função dos espaços;
- Percursos definidos dentro do Ginásio Professor Afonso Carvalho - ESECS (entrada e saída, em função dos espaços);
- Todos os materiais e equipamentos utilizados devem ser submetidos a limpeza e desinfeção, nos termos da Orientação n.º 014/2020 e da Orientação n.º 030/2020 da Direção-Geral de Saúde, nomeadamente materiais que possam ser partilhados;
- A ESECS e o Ginásio Professor Afonso Carvalho disponibilizam desinfetantes e álcool-gel;
- Serão mantidas abertas as portas da instalação, de forma a evitar o contacto com as mesmas e a promover uma melhor ventilação do espaço;
- É estritamente proibida a partilha, entre utilizadores, de equipamento de treino não higienizado.