

L'EDUCACIÓ FÍSICA A L'ESCOLA



Aspectes a tenir en compte per tal de dur a terme un bon desenvolupament de les classes d'Educació Física:

1 - És imprescindible i obligatori que els alumnes vinguin a classe amb la roba i el calçat adequats, per tal de realitzar les classes de la manera més còmode i segura. Hem de dur xandall, camiseta i esportives amb calcetins.

NO es poden dur botes de muntanya, xancles, sandàlies i tot tipus de roba que no sigui esportiva, com ara leggings, "vaqueros", calçons de tela, camises, jerseis de llana, etc.

2 - Per a la pràctica de l'Educació Física s'ha de dur el cabell recollit en una coa o trunyella.

3 - Abans de venir a l'escola hem de berenar correctament, per tal de poder afrontar el dia i les sessions d'Educació Física amb l'energia necessària.

4 - Evitarem dur a la classe: penjolls, polseres, anells, cadenes...o qualsevol altre objecte que es pugui enganxar o fer mal, a un mateix o a un company.

5 - En cas de malaltia i/o impossibilitat per a la pràctica de l'Educació Física, s'ha de dur un justificant del metge o nota informativa explicant els motius.

Aquests justificants són necessaris per poder adaptar l'activitat física en cas que els vostres fills tinguin una malaltia, ja sigui crònica o temporal, de manera que l'Educació Física els pugui seguir aportant beneficis.

6 - Els hàbits d'higiene i salut formen part de l'Educació Física i són avaluats.

Per aquest motiu, els alumnes de 3^r, 4^t, 5^è i 6^è han de dur, obligatòriament, una tovallola amb el seu nom posat, per tal de fer higiene una vegada acabada la classe.