

NORMES DE L'ÀREA D'EDUCACIÓ FÍSICA

Per tal d'aconseguir una pràctica segura, higiènica i eficaç, el nostre departament indica aquestes normes.

1. És obligatori dur la vestimenta adequada: xandall o pantalons curts esportius. **Els alumnes que no la portin:**

- No podran fer la sessió: hauran d'estar asseguts a les grades.
- Hauran de fer un treball durant la sessió que s'entregarà al professor en acabar la classe.
- Hauran de recollir el material emprat a la sessió.

2. Les sabates esportives:

- Han de ser apropiades: evitarem plataformes i sabates de disseny esportiu però només aptes pel carrer (en cas de dubte consulta al professorat).
 - Cal portar-les ben fermades per evitar esquinçaments, tendinitis, caigudes...

3. Per respecte als demés i també per la nostra cura, abans d'arribar a classe ens llevarem: rellotges, polseres, arracades, collars, gorres...

- Si no t'ho pots llevar, tapa'l amb una tireta.
- Evita deixar objectes de valor dins els vestidors.

4. Per treballar amb comoditat, els cabells s'han de portar ben fermats i no es podran dur jerseis fermats a la cintura o al coll.

5. Per higiene és obligatori dutxar-se després de les classes, per això és necessari dur: camiseta i calcetins de recanvi, tovallola, sabó, desodorant i xancletes (Disposareu de 8' en acabar la classe).

6. Queda totalment prohibit:

- Menjar o beure durant la sessió (tampoc xiclets!).
- Penjar-se de les cistelles, porteries i espatlles.
- Agafar o emprar material que no estigui indicat pel professor/a.
- Fer un ús incorrecte o poc respectuós amb el material. Aquell alumne que provoqui un desperfecte de forma intencionada o per fer un mal ús del material, l'haurà de reparar o reposar.

7. Assistència: és obligatòria. En cas d'absència no oblidis mostrar el justificant al professor d'Educació Física abans de donar-lo al tutor/a.

8. Puntualitat: Per aprofitar la classe al màxim tens 5' des de que sona el timbre del centre fins que el professor passa llista en el poliesportiu.

9. Alumnat amb lesió de curta durada (1 setmana):

- Han de dur sempre la roba per realitzar activitat física.
- Han de dur un justificant dels seus pares o del metge.
- Si no és possible adaptar-los la pràctica hauran de fer un treball durant aquella sessió.

10. Els alumnes amb una lesió de llarga durada:

- Han de dur un justificant metge on s'expliqui la lesió i la durada aproximada.
- Han de dur la vestimenta d'Educació Física perquè sempre que sigui possible se'ls adaptarà la pràctica.
- El professor li designarà un treball teòric específic per a cada cas.

11. Alumnat exempt de realitzar l'assignatura:

- Els alumnes exempts de la part pràctica hauran d'emplenar la sol·licitud corresponent per tal de fer-los l'adaptació.

12. Tasques:

- No lliurar la tasca en la data estipulada implica restar 1 punt per cada dia de retard.

13. Treballs:

- S'han de presentar seguint els criteris establerts pel professor.
- No seguir aquestes pautes comporta la no correcció del treball.
- No lliurar el treball en la data estipulada implica restar 1 punt per cada dia de retard no justificat.