



## EP 2 – EDUCACION FISICA Y DEPORTES - 2018

Las siguientes son las normas que regirán la materia durante el presente año lectivo.

### **ACTIVIDAD A DESARROLLAR**

Por la mañana los chicos ejercitarán lo que esté ligado con el dominio de su motricidad, tanto gruesa como fina. Los agentes a utilizar serán: la gimnasia, las formas básicas, los juegos, el atletismo y deportes de patio, pre-deportivos, hándbol (4°-5°), basket (6°) y voley (5°-6°). Por la tarde, los chicos en el primer cuatrimestre desarrollan las destrezas y técnicas básicas de los deportes, hockey (mujeres) y rugby (varones). En el segundo, cambia la actividad de la tarde, desarrollarán habilidades de los deportes, softbol – fútbol (mujeres), fútbol (varones) y atletismo hasta los Sports.

### **UNIFORME**

#### ***Varones:***

- Pantalón corto azul liso
- Medias verdes
- Zapatillas blancas
- Remera blanca con escudo del colegio
- Equipo jogging azul del Colegio
- Botines con taponos de goma (para deportes)
- Buzo de rugby
- Protector bucal junior (obligatorio) (para rugby)
- Remera del house para competencias internas (la deberán traer los días que se les informe)

#### ***Mujeres:***

- Pollera verde del colegio
- Medias verdes del colegio
- Zapatillas blancas
- Remera blanca con escudo del colegio
- Equipo jogging azul de colegio
- Botines con taponos de goma o tartaneras (para hockey)
- Remera azul de hockey del colegio (para hockey)
- Protector bucal junior (obligatorio) (para hockey)
- Palo de hockey colegial, altura hasta el ombligo
- Canilleras (para hockey)
- Remera del house para competencias internas (la deberán traer los días que se les informe)

**Importante: solicitamos marcar toda la indumentaria con nombre, apellido y que los varones SIEMPRE asistan a clase con el pantalón corto debajo del LARGO.**

### **DIAS DE LLUVIA**

Los alumnos deberán traer siempre el uniforme completo. En caso de no poder utilizar el campo, se realizará actividad física en los espacios libres externos-internos o se dictará clase teórica/recreativa en el aula.

### **APTO FISICO**

De la página los Colegio, deberán bajar e imprimir la ficha médica, la cual deberá ser completada – firmada por el médico y los padres. La fecha límite para su devolución será el 31 de marzo. A partir de allí el alumno/a no podrá realizar actividad física hasta tanto la presente.

**Importante: sólo presentar la ficha, NO los estudios.**

### **ALUMNOS SIN ACTIVIDAD FÍSICA**

a) Por un solo día: deberán traer una nota de los padres solicitando se los exima de realizar actividad por ese día. Colaborará en la organización de la clase. En el caso de no poder salir al campo, se quedará con la maestra, realizando tareas escolares.

b) Por dos o más días: deberá presentarse un certificado médico o nota, que indique el problema y el tiempo estimado de inactividad. Asimismo se les solicitará un alta médica para reintegrarse a la actividad física.

### **COMPETENCIAS INTERHOUSES**

Estas competencias serán informadas por diferentes medios (cuaderno, comunidad, cartelera) y se desarrollarán en los días y horarios de clase. Serán de: cross country, hockey, rugby, handbol, basket, voley, postas, atletismo, fútbol y softbol. Los días de las competencias, los alumnos/as deberán asistir con la remera de su house, sin la cual no podrán participar.

### **COMPETENCIAS INTERCOLEGIALES - AUTORIZACIONES**

Los chicos/as, cada vez que tengan que participar de algún encuentro deportivo en el cual deban viajar, llevarán a sus casas una autorización, la que será completada y devuelta al Colegio a la brevedad. Sin ella no podrán tomar parte de la actividad.

### **CAMPAMENTOS**

Siendo esta, una experiencia muy enriquecedora para los chicos/as, es que desde el área de Ed. Física organizamos actividades en contacto con la naturaleza.

### **ATENCION A LOS PADRES**

Para consultas podrán comunicarse con el Departamento de Educación Física de lunes a viernes de 8.30 a 12.30 hs.

**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FISICA**