



## ES (1º A 3º) - NORMAS Y ORGANIZACIÓN DE EDUCACIÓN FÍSICA - 2023

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

### **UNIFORME**

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

- Pantalón corto azul liso
- Medias verdes de deportes del Colegio
- Zapatillas blancas
- Remera blanca con escudo del colegio
- Equipo jogging azul del Colegio
- Botines con tapones intercambiables
- Remera del house para competencias internas (la deberán traer los días que se les informe)
- Temporada de Rugby (marzo-junio): buzo del Colegio y protector bucal. Para los que lo deseen, casco u hombreras.
- Temporada de Atletismo: spikes (opcional)

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

- Pollera verde del Colegio
- Medias verdes del Colegio
- Zapatillas blancas
- Remera blanca con escudo del Colegio
- Equipo jogging azul de Colegio
- Remera del house para competencias internas (la deberán traer los días que se les informe)
- Temporada de Hockey (marzo-junio): botines con tapones de goma; remera azul del colegio; protector bucal; palo y canilleras con tobilleras.
- Temporada de Atletismo: spikes (opcional)

**Importante: solicitamos marcar toda la indumentaria y a los varones, que 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, se dictará clase teórica o se realizarán actividades interactivas, pudiendo evaluar el Profesor temas dictados en el campo de deportes.

### **APTO FISICO**

De la página del Colegio, deberán bajar e imprimir la ficha médica, la cual será completada íntegramente – firmada por el médico y los padres. La fecha límite para su entrega será el 31 de marzo. A partir de allí el alumno/a no podrá realizar actividad física hasta tanto la presente, debiendo realizar trabajos teóricos para su evaluación. **Los alumnos nuevos en la Institución, deberán traer el apto desde el inicio de clases, para realizar actividad física.**

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

### **CELULARES**

No podrán asistir con celular a clase o cualquier evento organizado por el Dto. de Educación Física, salvo se indique lo contrario.



## **ALUMNOS SIN ACTIVIDAD FÍSICA**

- a) Por un solo día: los padres deberán enviar una nota escrita o vía handing, solicitando se los exima de realizar actividad por esa clase.
- b) Por dos o más días: deberá presentarse un certificado médico, que indique la dolencia y el tiempo estimado de inactividad. Asimismo se les solicitará un alta médica para reintegrarse a las clases prácticas. En ambos casos, deberán realizar un trabajo teórico/práctico, que será evaluado por el Profesor. Antes de iniciada la clase, el alumno/a deberá informar esta novedad a su docente. La no entrega de dichas notas, quedará registrada en el parte de asistencia, con  $\frac{1}{4}$  de falta.

## **REGIMEN DE ASISTENCIA**

Los/as alumnos/as deberán estar listos para iniciar la clase a las 10.15 hs. Se tomará lista, el alumno/a que no esté presente (si estuviese en el Colegio) se le computará tarde y quedará registro de ello en el parte de asistencia (1/4 de falta). Será condición para la aprobación de la materia, acreditar en cada cuatrimestre una asistencia no menor al 70%. Casos especiales (ausencias por enfermedad u otras atendibles) serán tratados en forma particular.

## **REGIMEN DE PROMOCION**

Se los evaluará en dos aspectos: compromiso con la materia y actitud física-deportiva. El primero, corresponderá a la responsabilidad de cumplir con las normas y reglamentaciones que rigen a la Educación Física en el Colegio. El segundo se enfoca sobre la disposición, voluntad y esfuerzo puesto de manifiesto en las diferentes actividades físicas propuestas. Asimismo habrá evaluaciones extraordinarias por eventos específicos, como por ej. el Cross-Country.

## **TEMPORADAS DEPORTIVAS**

De marzo hasta junio, la actividad estará centrada en el desarrollo de la formación física y los deportes. Las mujeres, entrenamiento de las cualidades físicas, atletismo y hockey; los varones, entrenamiento de las cualidades físicas, atletismo y rugby. De julio hasta septiembre atletismo; de allí hasta finalizar noviembre, fútbol los varones. Las mujeres softbol, fútbol y otras actividades.

## **COMPETENCIAS INTERHOUSES**

Se desarrollarán en los días y horarios de clase. Serán de: cross country, hockey, rugby, postas, atletismo, fútbol (masculino y femenino) 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**

Se informará por cartelera y por cronograma de ES. Los alumnos, cursos o grupos que sean citados, deberán asistir, siendo su participación parte importante de su evaluación en la materia. Los días de competencias, los alumnos/as concurrirán al Colegio con el uniforme de Educación Física completo, deberán traer en un bolso o mochila, botines, canilleras, protector bucal y demás elementos necesarios para la actividad, así como ropa para cambiarse en caso de ser necesario. Cuando las competencias sean fuera del Colegio, se les entregará una **AUTORIZACIÓN DE VIAJE Y FICHA MEDICA, OFICIAL**, la cual deberá ser completada y devuelta a la brevedad, para su control. Sin ella no podrá tomar parte de la actividad.



### **CAMPAMENTO**

Como todos los años con 1er. año está programada dicha actividad, que se desarrollará durante el mes de noviembre en el Complejo Horizonte Vertical, Tandil.

**Importante: La información general se brindará en la reunión de Padres de inicio de año del curso citado.**

### **ATENCION A LOS PADRES**

Para consultas podrán comunicarse con el Departamento de Educación Física los lunes, miércoles y jueves viernes de 8.30 a 16.30 hs.

**DEPARTAMENTO DE EDUCACIÓN FÍSICA**