

11- التربية البدنية -

مرحبا أنا اسمي روصا، مدرسة التربية البدنية لكل مستويات التعليم الثانوي. من سن 11 و12 إلى سن 16. خلال هذه السنوات الأربع نحاول تلقينهم معلومات حول مختلف الرياضيات الجماعية منها والفردية. أثناء العمل الجماعي من المهم مشاركة الجميع. الكل عليه التعاون مع باقي المجموعة. لا يسمح لأي أحد عدم المشاركة أو الاختباء أو الجلوس مكتوف الأيدي. كلنا يمكننا تقديم المساعدة. خلال السنوات الأولى يتم التركيز أولاً على العمل كمجموعة في ألعاب بواسطة الفريق وشيئاً فشيئاً يتم الاهتمام بعد ذلك بالعمل الفردي أو من خلال مجموعات مصغرة ثنائية لتسهيل التعاون فيما بينهم وتصحيح الأخطاء. خلال هذه السنوات نحاول تلقينهم قواعد ومبادئ أساسية وتقنياتها ليتمكنوا من ممارسة ذلك في المدرسة أو المعهد أو بعد انتهاء الدراسة أو مع الأصدقاء ليكونوا لهم القدرة على التنظيم والتسيير فيما بينهم. يعجبنا كثيراً عندما يأتي إلينا تلاميذ من بلدان أخرى دائماً لدينا حصص للألعاب الشعبية وأنشطة تقليدية والتي تمارس في بلدانهم الأصلية للتعرف على قواعدها أو عن طريق البحث عنها في الإنترنت أو في الكتب لممارسة الألعاب المنتشرة في ثقافات أخرى. نمارس الألعاب الموجودة في أراغون وفي إسبانيا مع الاستمتاع بممارسة أنواع أخرى من الألعاب. من الأهمية بمكان أن يكون هناك جو من المرح في الفصل لما له من تأثير إيجابي في ممارسة أي نشاط رياضي في المستقبل. والعكس إذا كان للتلميذ ذكرى سيئة لسبب أو لآخر كالخجل أو الإحساس بالوحدة أو الخوف أثناء القيام بالأنشطة من الصعب الاستمرار في الممارسة في المستقبل. في حصة التربية البدنية نستعمل البدلة الرياضية. قميص رياضي وآخر داخلي وسروال وأحذية رياضية. عند الانتهاء نتوجه إلى غرف تغيير الثياب لخلع الملابس المبللة بالعرق والاستحمام ولبس ملابس أخرى نظيفة للالتحاق بالفصل مجدداً.