

11.- EDUCAÇÃO FÍSICA

Olá chamo-me Rosa e sou a professora de Educação Física e dou aulas em todos os níveis de ESO. A partir do momento em que começam aqui na Escola Secundária com 11/12 anos até que terminam à volta dos 16 anos. Durante esses 4 anos em que trabalhamos com eles, pretendemos que tenham um amplo conhecimento de múltiplos desportos, tanto dos colectivos como de alguns individuais.

No momento do trabalho colectivo, é muito importante que todos participem, quer tenham jeito quer não. Todos devem colaborar com o resto do grupo, não permitimos que nenhum fique encolhido ou fique sentado, sem fazer nada, todos podemos ajudar.

Durante os primeiros anos trabalha-se mais o trabalho em grupo, os jogos de equipa, de colaboração e segundo vão melhorando vão fazendo trabalho mais individualizado apesar de que se costuma trabalhar em grupitos pequenos, em pares, de forma que entre eles se possam ajudar e até corrigirem-se.

Ao longo destes anos também pretendemos que consigam uns conhecimentos básicos: o regulamento, quais são as técnicas elementares de cada um deles, de tal forma que não só possam praticá-los aqui Escola Secundária mas quando terminem o ensino ou à tarde quando saíam com os seus amigos também possam continuar a jogar, tenham capacidade de se organizar, dirigir-se entre eles, que conheçam um regulamento básico que lhes permita também jogar fora do centro.

Gostamos além disso quando vêm alunos de outros países, quando vêm de fora, sempre temos uma secção que está dedicada a jogos populares, jogos de cooperação, tradicionais que se praticam nos seus países de origem, e se eles os conhecem, ajudamos no momento de lhes especificar as regras, ou então procuramos na Internet, ou noutras fontes, em livros, informação sobre as regras e todos em conjunto pomos-os em prática para que experimentem, tenham conhecimento de jogos de outras culturas, que não somente conheçam os de aqui.

Trabalhamos os jogos de aqui, de Aragão, os jogos de Espanha, mas que também saibam que em outros países existem outros tipos de jogos, de actividades e que podemos divertir-nos muito praticando-os.

É muito importante que os rapazes se divirtam muito na aula, acreditamos que se eles têm uma experiência positiva na aula de educação física é muito fácil que depois, a longo prazo, nos anos seguintes continuem a desenvolver alguma actividade; no entanto se guardam uma má recordação da disciplina, se tiveram más experiências, se se sentiram muito sós, que tinham muita vergonha, muito medo de fazer as coisas, é mais difícil que na vida posterior, nos anos sucessivos, continuem a praticar alguma coisa.

ALUNOS EXPLICAM O FATO DE TREINO

Quando vamos a educação física vestimos um fato de treino, uma t-shirt, uma camisola, umas calças e uns sapatos de ténis. Quando terminamos de fazer desporto, dirigimo-nos ao vestuário para mudarmos de roupa, porque está suada, tomamos um duche e mudamos de roupa, pomos roupa limpa porque depois temos mais aulas.