



WYCHOWANIE FIZYCZNE rok szkolny 2023 - 2024

Nauczyciele: Anna Lemańczyk, Michał Mrozek

Mariusz Malinowski

Wymagania stawiane dzieciom klas 1 - 3 na zajęciach wychowania fizycznego, w SSP 26 w Warszawie:

Drogi uczniu:

1. Pamiętaj, by w Twojej szafce zawsze były dwa worki, w których znajdują się: w jednym - podpisana judoga, w drugim - podkoszulka, bluza z długim rękawem, spodenki krótkie i długie, skarpetki oraz obuwiu sportowe.
2. **Obowiązkowo podpisz swoją judogę** z imienia i nazwiska niezmywalnym markerem na końcu pasa do judogi, w dole nogawki spodni oraz w dolnym brzegu bluzy.
3. Na WF przebieraj się w czasie przerwy (nie dotyczy to I- szych klas, które przebierają się w sali gimnastycznej).
4. Pod salę gimnastyczną przychodź w obuwiu – na salę zaś wchodź bez butów.
5. Jeśli masz długie włosy pamiętaj, by były związane gumką, a paznokcie obcięte na krótko.
6. Nie zapomnij przygotować odpowiedniego stroju na zajęcia pływackie (klasa 2b i 3b). Obowiązujący strój to: jednoczęściowy kostium dla dziewczynek/kąpielówki dla chłopców, czepek, okulary pływackie, klapki, ręcznik, przybory toaletowe, oraz suszarka dla dziewczynek z długimi włosami.
7. Na zajęcia na rolkach (klasy 3) przygotuj obowiązkowo: rolki, kask, ochraniacze na kolana, nadgarstki i łokcie. Cały sprzęt przechowujemy w rolkarni w podpisanych szafkach. Rolki zakładaj przed budynkiem szkoły – **obowiązuje całkowity zakaz przemieszczania się w rolkach w budynku szkoły!!!**
8. Na zajęcia basenowe (klasy 2b i c oraz 3ab) przygotowujemy strój kąpielowy (dziewczynki jednoczęściowy), czepek, okulary, klapki, ręcznik, przybory kosmetyczne ewentualnie mała suszarka.
9. Pamiętaj, by dbać o higienę osobistą, tym samym roztaczaj wokół siebie tylko przyjemne zapachy. Przed WF obowiązkowo zmień strój codzienny na sportowy, a po WF strój sportowy na codzienny.
10. W każdy piątek zabierz swój strój sportowy do prania, a w poniedziałek przynieś go z powrotem do szkoły.
11. Zwolnienie z WF wypisuje Ci rodzic, zaś w przypadku zwolnienia dłuższego niż tydzień - lekarz.
12. Pamiętaj, by nie zapominać stroju sportowego i aby punktualnie przychodzić na lekcje WF.
13. W klasach 1- 3 uczniowie oceniani są za pracę na lekcji i wysiłek, który w nią włożyli.

Ze sportowym pozdrowieniem:

NAUCZYCIELE WF