NASTAVA TJELESNE I ZDRAVSRVENE KULTURE

**INFO ZA UČITELJE I RODITELJE**

Za nastavu tjelesne i zdravstvene kulture učenici trebaju imati:

* bijelu majicu kratkih rukava
* sportske kratke hlače, trenirku ili tajice u tamnijoj boji
* čiste sportske tenisice debljeg džona
* u hladnijim mjesecima učenici mogu nositi gornji dio trenirke ili neku drugu sportsku majicu dugih rukava koja ne mora biti bijela, ali ispod moraju imati bijelu majicu

Korisno bi bilo kada bi učenici imali, mali ručnik ili vlažne maramice, rezervne čarapice i bočicu s vodom

Kada učenici ne vježbaju bilo iz opravdanog ili neopravdanog razloga moraju imati tenisice za tjelesni ili neke šlape u kojima će ući u dvoranu u protivnom će se morati skinuti u čarape.

Ne donošenje opreme za tjelesni se bilježi te kažnjava lošom ocjenom u odgojne učinke.

**ZDRAVSTVENI STATUS**

Učenici koji su bolesni trebaju donijeti liječničku ispričnicu ili ako se radi o blažem obliku koji ne zahtjeva nužno sjedenje na klupi tada učenik treba imati opremu te obavezno obavijestiti učitelja koji će tada sadržaje prilagoditi učenikovom zdravstvenom stanju. Kada učenice imaju menstruaciju trebaju imati opremu, napomenuti to učitelju/ici s kojim će se onda dogovoriti na koji će način taj sat sudjelovati u nastavi.

Svi učenici koji imaju bilo kakvih zdravstvenih problema trebaju donijeti potpunu i najnoviju liječničku dokumentaciju kako bi se nastava prilagodila njihovom zdravstvenom stanju te na taj način spriječile eventualne ozljede ili pogoršanje zdravlja. Roditelji djece koji imaju veće zdravstvene probleme koji zahtjevaju prilagođene sadržaje moraju osobno doći na konzultacije kod učitelja/ice tjelesnog.



Aktiv tjelesne i zdravstvene kulture Osnovne škole Brestje