



EDUCACIÓ FÍSICA

DECÀLEG DEL BON ESPORTISTA

Un decàleg és un conjunt de normes bàsiques per a desenvolupar una activitat. Així doncs aquí tens les normes bàsiques per a ser un bon esportista.

Arrossega les paraules de llista a l'espai corresponent del decàleg del bon esportista

ESPECTADOR	APRENDRE	DINS I FORA	JOC NET	EQUIP
RESPECTUÓS	BALLS	SALUT	DIVERTIR-SE	MENT

El bon esportista...

1) És amb les persones (un mateix, els companys, els rivals, els àrbitres, el públic, etc) , amb les normes de l'escola i de la classe, amb les regles dels jocs i activitats, el material, les instal·lacions ... RESPECTA TOT.

2) SAP GUANYAR I SAP PERDRE, però passi el que passi juga per a

3) Intenta guanyar sempre als altres, però sobretot intenta guanyar-ser a sí mateix, procurant i millorar per a jugar demà millor del que juga avui.

4) No utilitza només EL SEU COS per a córrer més o botar més alt sinó també LA SEVA per a pensar i decidir el millor per a ell o ella mateix o el seu equip.



5) No busca "guanyar a qualsevol preu" juga respectant el (FAIR PLAY)".

6) No sols juga al que més li agrada, sinó que intenta gaudir i divertir-se practicant i provant tot tipus d'activitats: jocs, esports, representacions...

7) Quan JUGA no pretén lluir-se pel seu compte. Sap que qui ha de guanyar és l'equip (guanyem i perdem tots). Ajuda i accepta l'ajuda dels companys.

8) Respecta la seva

9) No sols ho és quan practica una activitat física sinó també és JUST quan ÉS ÀRBITRE O JUTGE i és un educat i respectuós quan és públic.

10) S'és Bon Esportista del camp de joc.