

REGULAMIN SALI GIMNASTYCZNEJ

1. Sala gimnastyczna jest miejscem przeznaczonym wyłącznie do realizacji zajęć z wychowania fizycznego, zajęć szkolnego koła sportowego, rozgrywek sportowych i innych zajęć sportowych.
2. Przebywanie na sali gimnastycznej zespołów ćwiczących dozwolone jest tylko w obecności nauczyciela.
3. Wszystkich ćwiczących obowiązuje odpowiedni do ćwiczeń ubiór sportowy – koszulka, spodenki lub dres oraz sportowe obuwie na miękkiej podeszwie (halówki, trampki).
4. Ćwiczący przebierają się w szatni, pozostawiając obuwie i ubranie w należytych porządku. Młodzież nie uczestnicząca czynnie w zajęciach nie może przebywać w czasie zajęć w szatni.
5. Przemieszczanie sprzętu, przygotowanie urządzeń sali do ćwiczeń powinno odbywać się zgodnie z zaleceniem prowadzącego i pod jego nadzorem w sposób bezpieczny i z zapewnieniem odpowiedniej dbałości o sprzęt – wszystkie uszkodzenia sprzętu i urządzeń sali należy natychmiast zgłaszać prowadzącemu zajęcia.
6. Wszystkie urządzenia sali oraz sprzęt do ćwiczeń mogą być wykorzystane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem.
7. Przyrządy gimnastyczne i inny sprzęt pomocniczy należy zostawić po zakończonych zajęciach w oznaczonym miejscu.
8. Młodzież ćwicząca na sali gimnastycznej zobowiązana jest przestrzegać poleceń nauczyciela, dotyczących szczególnie porządku i dyscypliny organizacji zajęć.
9. Każdy wypadek, kontuzję, skaleczenie czy nagłe pogorszenie się samopoczucia należy natychmiast zgłosić nauczycielowi prowadzącemu zajęcia.
10. Za stan urządzeń i sprzętu oraz ich przydatności do ćwiczeń, a także za bezpieczeństwo ćwiczących w czasie zajęć odpowiedzialny jest nauczyciel.
11. Utrzymanie czystości sali gimnastycznej, szatni, sprzętu oraz wietrzenie tych pomieszczeń stanowi warunek ich korzystania.
12. Sprzęt i urządzenia sali gimnastycznej są dobrem społecznym. Poszanowanie i troska o jego dobry stan jest obowiązkiem wszystkich z nich korzystających.
13. Każdy Zespół korzystający z sali oraz szatni zobowiązany jest do przestrzegania ładu i porządku po zakończonych zajęciach.
14. Osoby postronne korzystające z sali gimnastycznej zobowiązane są zapewnić sprzęt do korzystania z zajęć we własnym zakresie.
15. Organizacje pozaszkolne mogą korzystać z sali po uprzednim zawarciu pisemnej umowy z Dyrektorem Szkoły.

Dodatkowo na czas pandemii COVID-19 w sali obowiązują następujące zasady:

1. W sali gimnastycznej używany sprzęt sportowy oraz podłoga będą myte detergentem i zostaną zdezynfekowane po każdym dniu zajęć.
2. Zajęcia wychowania fizycznego będą odbywały się zawsze przy otwartym oknie. Nauczyciel każdorazowo musi o tym obowiązku pamiętać.
3. Przy wejściu na salę gimnastyczną obowiązuje zasada dystansu społecznego oraz obowiązkowe odkażanie rąk płynem do dezynfekcji.

4. Podczas realizacji zajęć wychowania fizycznego ograniczone zostają ćwiczenia i gry kontaktowe. W sytuacjach, w których nie można zachować dystansu dopuszcza się przeprowadzanie zajęć na otwartej przestrzeni.
5. Lekcje, w miarę możliwości, zostaną zgrupowane, po 3 godziny, aby zapobiec częstej wymianie ćwiczących w przebieralniach oraz w celu sprawniejszej dezynfekcji i wietrzenia szatni.
6. Korzystanie z szatni w sali gimnastycznej odbywa się w sposób rotacyjny. Połowa grupy przebiera się w szatni zachowując bezpieczne odstępy (skracając czas przebierania się i przebywania w szatni do minimum), natomiast druga część grupy oczekuje w bezpiecznych odstępach we wskazanym miejscu.
7. Uniemożliwione zostanie przechodzenie i przebywanie osób postronnych w okolicach szatni oraz miejsc przeznaczonych do ćwiczeń.

ZABRANIA SIĘ !

1. Niećwiczącym przebywania poza salą gimnastyczną.
2. Wchodzenia na salę gimnastyczną w innym obuwiu niż sportowe.
3. Wchodzenia na salę w czasie przerw oraz poza obowiązującymi godzinami wychowania fizycznego bez opiekuna.
4. Ćwiczyć na zajęciach w zegarkach, łańcuszkach, kolczykach itp. przedmiotach stwarzających zagrożenie dla zdrowia swojego i innych.
5. Opuszczać samodzielnie sali bez zgody nauczyciela.
6. Samodzielnie korzystać ze sprzętu lub przyborów bez zgody nauczyciela.
7. Spożywania napojów alkoholowych, palenia tytoniu oraz narkotyzowania się na terenach obiektów sportowych.
8. Rozlewania wody i innych płynów na podłodze sali gimnastycznej.
9. Spożywania posiłków.
10. Wspinanie, wieszanie, huśtanie się na bramkach, drabinkach, koszach.
11. Wnoszenia na teren obiektu niebezpiecznych przedmiotów oraz opakowań szklanych.
12. Żucia gumy i korzystania z telefonów komórkowych.
13. Przesuwania sprzętu po parkiecie – sprzęt należy przenosić.

Sala gimnastyczna służy dobru całej młodzieży. Podstawowym warunkiem zdrowotnym wszystkich ćwiczeń jest jak najdalej posunięta higiena pomieszczenia, w którym ćwiczenia się odbywają. Utrzymanie czystości na całej sali wymaga dużego, codziennego wkładu pracy.