

## **REGULAMIN ORGANIZACJI ZAJĘĆ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I KORZYSTANIA Z OBIEKTÓW SPORTOWYCH W SZKOLE PODSTAWOWEJ NR 271 W WARSZAWIE**

Regulamin obejmuje:

- 1. Zadania nauczycieli wychowania fizycznego, prowadzących lekcje na hali sportowej, pływalni z zakresu wychowania fizycznego.**
- 2. Regulamin hali sportowej.**
- 3. Regulamin korzystania ze szkolnego boiska.**
- 4. Regulamin korzystania z pływalni i zasady przemieszczenia się dzieci ze szkoły na pływalnie.**
- 5. Regulamin korzystania z szatni na obiekcie OSiR.**
- 6. Strój na zajęcia wychowania fizycznego.**
- 7. Zasady uczestnictwa w lekcjach wychowania fizycznego.**
- 8. Zasady przychodzenia po uczniów.**
- 9. Zasady korzystania ze sprzętu sportowego zgromadzonego w magazynku sportowym**
- 10. Zasady zgłaszania urazów i wypadków.**
- 11. Uwagi końcowe.**

**Ad. 1. Zadania nauczycieli wychowania fizycznego, prowadzących lekcje w sali gimnastycznej z zakresu wychowania fizycznego:**

- 1) zapewnienie bezpiecznych i higienicznych warunków podczas organizowania i prowadzenia lekcji wychowania fizycznego na pływalni, hali i boisku.
- a) dostosowanie stopnia trudności i intensywności ćwiczeń do aktualnej sprawności fizycznej i wydolności ćwiczących,
- b) zwalnianie w danym dniu z wykonywania planowanych ćwiczeń uczestnika uskarżającego się na dolegliwości zdrowotne, informując o tym jego rodziców (opiekunów),
- c) prowadzenie ćwiczeń z zastosowaniem metod i urządzeń zapewniających pełne bezpieczeństwo uczących,
- d) sprawdzanie przed każdymi zajęciami stanu technicznego urządzeń, miejsca i sprzętu sportowego,
- f) zapoznavanie uczniów z zasadami bezpiecznego wykonywania ćwiczeń oraz uczestniczenia w grach i zabawach.
- e) Realizowanie podstawy programowej

**Ad. 2. Regulamin korzystania z hali sportowej**

Hala sportowa jest własnością OSiR Mokotów.

Hala sportowa jest miejscem przeznaczonym do prowadzenia zajęć wychowania fizycznego, zajęć szkolnego koła sportowego, rozgrywek sportowych i zajęć rekreacyjno-sportowych w godzinach ustalonych w harmonogramie na dany rok szkolny. W hali mogą się odbywać również inne ważne zajęcia szkolne wynikające z harmonogramu, np. apele, dyżury międzylekcyjne itp.

Przed każdymi zajęciami w hali sportowej nauczyciel zobowiązany jest przeprowadzić z uczniami rozmowę na temat bezpiecznego korzystania z dostępnych urządzeń i sprzętu oraz zawarcia stosownych porozumień zapewniających pełne bezpieczeństwo.

W szczególności:

- 1) zajęcia sportowe odbywają się tylko pod opieką nauczyciela;
- 2) wszystkie zajęcia na sali odbywają się w sposób zorganizowany;
- 3) za bezpieczeństwo ćwiczących podczas zajęć odpowiada prowadzący zajęcia;
- 4) wszystkich ćwiczących obowiązuje strój sportowy i obuwie sportowe halowe, zmieniane na czas zajęć;
- 5) do sali uczniowie wchodzi tylko pod opieką nauczyciela;
- 6) nauczyciele, uczniowie oraz wszyscy uczestnicy zajęć i ich opiekunowie powinni wchodzić do sali w obuwiu sportowym;
- 7) do hali można wносить wodę . Miejscem na wodę jest stolik znajdujący się na hali.
- 8) na zajęcia w sali nie wolno wchodzić z gumą do żucia ani z jedzeniem ;

**Ad. 3. Regulamin korzystania ze szkolnego boiska.**

- 1) Boiska są własnością OSiR Motków , użytkowaną przez Szkołę Podstawową nr 271.
- 2)Obiekt przeznaczony jest do realizacji zadań programowych uczniów Szkoły Podstawowej nr 271.
- 3)W godzinach pracy Szkoły w czasie lekcji na boiskach szkolnych mogą przebywać jedynie uczniowie, którzy mają w tym czasie zajęcia wychowania fizycznego lub inne zajęcia sportowe.

4) Przed każdymi zajęciami na szkolnym boisku nauczyciel zobowiązany jest przeprowadzić z uczniami rozmowę na temat bezpiecznego korzystania z dostępnych urządzeń i sprzętu oraz zawarcia stosownych porozumień zapewniających pełne bezpieczeństwo.

5) Uczniowie nie mają prawa przebywać na boiskach szkolnych w czasie przerw bez opieki nauczyciela, wychowawcy lub instruktora.

6) Wychodzenie ucznia z boiska w czasie trwania lekcji wychowania fizycznego i innych zajęć sportowych jest możliwe tylko za zgodą nauczyciela, wychowawcy lub instruktora.

7) Z uwagi na bezpieczeństwo użytkowników, z boisk należy korzystać zgodnie z ich przeznaczeniem. O wszelkich zauważonych uszkodzeniach na terenie boiska należy powiadomić pracowników szkoły i pracownika OSiR.

8) Szkoła nie ponosi odpowiedzialności za rzeczy pozostawione na terenie boiska.

9) Osoby korzystające z boisk w sposób niezgodny z niniejszym regulaminem, na żądanie pracownika szkoły zobowiązane są do natychmiastowego zaprzestania tych działań i bezzwłocznego opuszczenia terenu Szkoły.

Na terenie boisk sportowych zabrania się:

- 1) niszczenia urządzeń sportowych i nawierzchni boiska;
- 2) używania butów typu: korki, kolce itp.;
- 3) wchodzenia na ogrodzenie;
- 4) pozostawiania śmieci;
- 5) zakłócania porządku i używania słów wulgarnych.

#### **Ad. 4. Regulamin korzystania z pływalni i zasady przemieszczenia się dzieci ze szkoły na pływalnie.**

- 1) Nauczyciel WF przyprawdza daną klasę z 2 piętra na łącznik.
- 2) Dzieci mają obowiązek zmienić buty na klapki od razu po wejściu teren OSiRU ( łącznik)
- 3) Osoby niećwiczące są w butach szkolnych i przechodzą z nauczycielem od WF na trybuny za szybą.
- 4) Plecaki pozostawione są na łączniku.
- 5) Osoby ćwiczące od momentu przybycia na łącznik są pod opieką instruktora pływania.  
Osoby niećwiczące są pod opieką nauczyciela .
- 6) Po zakończonych zajęciach na pływalni i przebrania, opiekę przy suszarkach przejmuje nauczyciel.
- 7) Na pływalni wchodzimy w odpowiednim stroju pływackim ( dziewczęta strój jednoczęściowy, chłopcy w kąpielówkach przylegających do ciała )
- 8) Na pływalni nie biegami.
- 9) Przed każdymi zajęciami na pływalni nauczyciel zobowiązany jest przeprowadzić z uczniami rozmowę na temat bezpiecznego korzystania z dostępnych urządzeń i sprzętu oraz zawarcia stosownych porozumień zapewniających pełne bezpieczeństwo.
- 10) Zajęcia odbywają się w sposób zorganizowany i tylko w obecności nauczyciela.
- 11) Za bezpieczeństwo ćwiczących odpowiedzialny jest prowadzący zajęcia.
- 12) Za sprzęt wykorzystywany w czasie zajęć odpowiada nauczyciel.
- 13) Miejsce, w którym przebierają się dzieci, wyznacza nauczyciel. Uczniowie przebierają się pod nadzorem prowadzącego zajęcia.

#### **Ad. 5. Regulamin korzystania z szatni na obiekcie OSiR.**

- 1) Na obiekcie OSiR znajdują się dwie szatnie. – męska i damska

- 2) Szafki znajdujące się w szatni są bez kluczyków.
- 3) Za przedmioty pozostawione w szatni i na Sali, nauczyciel nie ponosi odpowiedzialności.
- 4) W szatni nie skaczemy, nie wchodzimy w różne miejsca .
- 5) W szatni pozostawiamy plecaki i ubranie.
- 6) Osoby znajdujące się w szatni są pod opieką nauczyciela.

#### **Ad. 6. Strój na zajęcia wychowania fizycznego**

- 1) podczas zajęć w szkole (korytarz, sala gimnastyczna, pływalnia) każdego ucznia obowiązuje następujący strój sportowy :
  - a) na hali - krótkie spodenki sportowe lub długie spodnie sportowe, bawełniana jednobarwna koszulka oraz sznurowane obuwie sportowe na jasnej podeszwie
  - b) na pływalni - dziewczęta strój jednoczęściowy, chłopcy w kąpielówkach przylegających do ciała , klapki, ręcznik, czepek i okulary.
  - c) Na boisko szkolne : długie spodnie dresowe, buty sportowe sznurowane, ciepła długa bluza, czapka, rękawiczki.

2) o przewidywanych zajęciach na śniegu nauczyciel informuje uczennice/uczniów co najmniej na dzień wcześniej, uczennica/uczeń na wyznaczoną lekcję powinien być ubrany stosownie do temperatury panującej na zewnątrz (wskazane są spodnie ocieplane lub ortalionowe, kurtka, czapka, rękawiczki na zmianę, szalik i odpowiednie buty);

3) podczas zajęć uczennice/uczniowie posiadający długie włosy są zobowiązani do związywania ich gumką dla własnego i innych współwiczających bezpieczeństwa;

4) uczennice/uczniów obowiązuje zdjęcie bransoletek z nadgarstków i luźno wiszących kolczyków z uszu oraz łańcuszków w celu zapewnienia sobie bezpieczeństwa.

#### **Ad. 7. Zasady uczestnictwa w zajęciach wychowania fizycznego**

1) za bezpieczeństwo grupy uczniów podczas zajęć wychowania fizycznego odpowiada nauczyciel prowadzący zajęcia z daną grupą;

2) nauczyciel na bieżąco przypomina zasady bezpieczeństwa i higieny pracy obowiązujące podczas każdej lekcji wychowania fizycznego i nadzoruje ich przestrzegania;

3) uczniowie niećwiczący na danych zajęciach przebywają pod opieką nauczyciela prowadzącego lekcję wychowania fizycznego (w sali gimnastycznej, na szkolnym boisku lub szkolnym korytarzu); może pomagać w organizacji i przeprowadzeniu lekcji;

4) jeśli zajęcia odbywają się na boisku szkolnym, uczniowie niećwiczący z powodu złego samopoczucia lub rekonwalescencji po chorobie, przebywają z klasą na boisku ubrani odpowiednio do warunków pogodowych;

5) nauczyciel punktualnie rozpoczyna i kończy zajęcia wychowania fizycznego, aby umożliwić uczniom skorzystanie z przerw międzylekcyjnych oraz dotarcie na czas na kolejne zajęcia;

6) godzina lekcyjna wychowania fizycznego trwa 45 minut i obejmuje wszystkie czynności dotyczące organizacji (przebieranie się) i przebieg tych zajęć;

7) nauczyciel wychowania fizycznego czuwa nad bezpieczeństwem uczniów przez cały czas trwania lekcji, tj. przez 45 minut;

8) w przypadku konieczności zmiany obuwia lub włożenia okrycia wierzchniego - schodzi z całą grupą do szatni i nadzoruje przebieranie się;

9) wartościowe przedmioty (telefony, pieniądze) uczniowie przed zajęciami pozostawiają we własnych szafkach indywidualnych w szkole.

10) niedopuszczalne jest ćwiczenie podczas zajęć wychowania fizycznego w ubraniach innych niż określonych niniejszym regulaminem.

#### **Ad. 8. . Zasady przemieszczania się uczniów na lekcje WF.**

- 1) Dzieci na zajęcia WF czekają po przerwie na drugim piętrze.
- 2) Dana klasa schodzi na salę/ pływalnie jedynie z nauczycielem WF lub nauczycielem który w danym dniu ma zastępstwo.
- 3) Uczniowie nie schodzą sami na dół na lekcje WF.

#### **Ad. 9. Zasady korzystania ze szkolnego sprzętu sportowego**

Sprzęt gimnastyczny i urządzenia są dobrem społecznym Szkoły.

- 1) sprzęt do ćwiczeń przygotowują wyznaczeni uczniowie/uczennice tylko w obecności nauczyciela;
- 2) nauczyciel wychowania fizycznego rozpoczynający danego dnia jako pierwszy zajęcia w sali gimnastycznej ma obowiązek sprawdzić, czy nie zaistniały z jakichś powodów w czasie wolnym od zajęć usterki;
- 3) wszelkie uszkodzenia sprzętu natychmiast zgłasza kierownikowi administracyjnemu obiektu OSiR i Dyrektorowi Szkoły;
- 4) grupy korzystające z sali zobowiązane są do staranności przy używaniu sprzętu sportowego i złożenia go po zakończonych zajęciach na wyznaczone miejsce;
- 5) za ład i porządek w magazynku sportowym odpowiadają nauczyciele wychowania fizycznego i kierownik obiektu OSiR;
- 6) sprzęt jest pobierany i oddawany przez uczniów pod nadzorem i w obecności nauczyciela prowadzącego zajęcia.
- 7) Nauczyciel wf-u po zakończonej lekcji ma obowiązek posprzątać magazynek i odłożyć wszystkie rzeczy na miejsce chyba że będą wykorzystane do następnej lekcji .

#### **Ad. 10. Zasady zgłaszania urazów i wypadków**

- 1) każdy wypadek uczniowie zgłaszają niezwłocznie nauczycielowi, a nauczyciel o wypadku informuje, pielęgniarkę, Dyrektora lub dyżurującego Wicedyrektora a także rodzica;
- 2) po stwierdzeniu przez nauczyciela wypadku należy zasięgnąć pomocy doraźnej u pielęgniarki szkolnej oraz - w uzasadnionych przypadkach powiadomić rodziców lub/i wezwać pogotowie ratunkowe;
- 3) nauczyciele wychowania fizycznego są zobowiązani do udzielenia pierwszej pomocy poszkodowanemu.

#### **Ad. 11. Uwagi końcowe:**

- 1) Utrzymanie higieny obiektów i bezpieczeństwa ćwiczących wymaga od wszystkich użytkowników stosowania się do zasad powyższego regulaminu;
- 2) Skargi i wnioski należy zgłaszać do nauczycieli wychowania fizycznego, kierownika administracji OSiR lub Dyrektora Szkoły.
- 3) za szkody powstałe na obiektach sportowych materialnie odpowiada osoba, która je spowoduje .

- 4) Nauczyciel który ma zastępstwo za danego nauczyciela WF. Ma prawo wejść na hale jeśli jest na to miejsce.
- 5) Uczniowie mają prawo do 3 nieprzygotowań.
- 6) Dziewczęta raz w miesiącu z przyczyn niedyspozycji mają prawo nie ćwiczyć na pływalni.
- 7) Uczniowie mający przerwę śniadaniową spędzają ją w sali świetlicowej nr 5.
- 8) Podczas przerw uczniom nie wolno przebywać na łączniku ani w szatni.