

REGULAMIN KORZYSTANIA Z SIŁOWNI

Podstawa prawna: *Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 31 grudnia 2002 r. w sprawie bezpieczeństwa i higieny w publicznych i niepublicznych szkołach i placówkach (Dz.U. z 2003 r. Nr 6 poz. 69 ze zm.)*

1. Przebywanie i ćwiczenie na siłowni może odbywać się wyłącznie za zgodą i w obecności opiekuna/trenera (*osoby pełnoletniej*) prowadzącego zajęcia.
2. Ćwiczyć można tylko w stroju sportowym (koszulka, spodenki, dresy, zmienione obuwie sportowe na jasnej podeszwie).
3. Zachować szczególną ostrożność i bezpieczeństwo podczas ćwiczeń.
4. Bezwzględnie zachować czystość w pomieszczeniu i sprawność sprzętu sportowego.
5. Nie wolno wnosić z siłowni sprzętu, który się w niej znajduje.
6. W razie urazu ciała natychmiast powiadomić opiekuna prowadzącego zajęcia.
7. Nie wolno rozkręcać, ani zmieniać ustawienia sprzętu.
8. Nie wolno wieszać ubrań, ani plecaków na urządzeniach do ćwiczeń.
9. Wszystkie usterki sprzętu zgłaszać natychmiast opiekunowi prowadzącemu zajęcia.
10. W razie wątpliwości lub niejasności dotyczących obsługi sprzętu sportowego lub wykonywania ćwiczeń – konsultować z opiekunem prowadzącym zajęcia.
11. Po zakończeniu ćwiczenia należy sprzątnąć i uporządkować sprzęt.
12. Korzystanie ze sprzętu powinno odbywać się zgodnie z zaleceniem prowadzącego zajęcia w sposób bezpieczny, tj. z zapewnieniem dbałości o bezpieczeństwo ludzi, poszanowanie sprzętu i sali.
13. Wszystkie urządzenia siłowni oraz sprzęt do ćwiczeń mogą być wykorzystywane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem.
14. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych. Wszelkie uszkodzenia sprzętu i przyrządów należy zgłaszać osobie odpowiedzialnej (dyrektor szkoły).
15. Szczególną uwagę należy zwracać na stan techniczny linek stalowych i mechanizmów służących do udźwignięć ciężarów. Również dokładnie należy zakładać tarcze na sztangę do podnoszenia ciężarów. Ćwiczenie przy sztandze do podnoszenia ciężarów wymaga szczególnego nadzoru. Przed przystąpieniem do zajęć opiekun/trener powinien sprawdzić stan techniczny urządzeń.
16. Zespół korzystający z siłowni zobowiązany jest do pozostawienia ładu i porządku po zakończonych ćwiczeniach.
17. Za stan urządzeń i sprzętu oraz ich przydatności do ćwiczeń a także za bezpieczeństwo ćwiczących w czasie zajęć odpowiedzialny jest opiekun.
18. Wszystkie zauważone nieprawidłowości należy natychmiast zgłaszać opiekunowi, a ten dyrektorowi szkoły w celu niezwłocznego ich usunięcia.

Regulamin obowiązuje od dnia 12 lutego 2018 r.

DYREKTOR
Szkoły Podstawowej
im. Jana Pawła II w Kopytowej

mgr inż. Włodzimierz Paluch