



## TĚLOCVIČNA – PROVOZNÍ ŘÁD A BEZPEČNOST PŘI TĚLESNÉ VÝCHOVĚ

Tělesná výchova žáků SŠES PRAHA 10 ve vyučovacích hodinách, kroužcích a při sportovních činnostech žáků SŠ se řídí těmito pokyny:

Řád tělocvičny je vyvěšen na viditelném místě v připravené místnosti. Žáci jsou s ním seznámeni vždy v první hodině předmětu ve školním roce, vyučující o tom učiní zápis do třídní knihy. Vyučující zároveň zajistí, aby byli poučeni i žáci, kteří na první hodině chyběli.

- 1) Žáci vstupují do tělocvičny a šaten pro tělesnou výchovu pouze pod dohledem vyučujícího či cvičitele.
- 2) Žáci, kteří v hodině Tv necvičí (jsou osvobozeni od Tv, nebo mají momentální zdravotní indispozice), se řídí pokyny učitele, či cvičitele. Žáci s akutními zdravotními potížemi o těchto obtížích informují vyučujícího na začátku vyučovací hodiny, nebo ihned při vzniku úrazu. Žákům, kteří si žádají o částečné, či úplné osvobození od Tv, zabezpečí zákonný zástupce lékařské vyšetření. O osvobození žáka z hodin Tv rozhodne ředitelka školy na základě doporučení lékaře. Do té doby se žák účastní tělesné výchovy v plném rozsahu.
- 3) Žáci cvičí v tělocvičně v předepsaném cvičebním úboru. *Vstup do tělocvičny je povolen, pouze v obuvi se světlou podrážkou, či speciální sálové obuvi.*
- 4) Žáci v tělocvičně provádí pouze činnosti, které byly určeny vyučujícím. Při těchto činnostech dodržují stanovené postupy a způsoby cvičení. Cvičící se chovají takovým způsobem, aby svým chováním neohrozili své zdraví, ale také zdraví ostatních přítomných osob. *Žáci se chovají ukázněně a dbají bezpečnostních pravidel a pokynů učitele.*
- 5) Žáci manipulují s tělovýchovným nářadím a zařízením šetrně. Pokud žáci objeví závadu, která by mohla ohrozit bezpečnost cvičení, ihned ji oznámí vyučujícímu.
- 6) Při cvičení mají žáci zakázáno mít na těle předměty, které by mohly způsobit úraz jak žákům samotným, tak i lidem v jejich okolí. Jedná se zejména o hodinky, řetízky a jiné vystouplé předměty. Tyto předměty jsou uloženy na místo určené vyučujícím. *Žáci mají zákaz nosit do tělocvičny jakékoliv jídlo, či nápoje. Veškeré občerstvení musí zůstat mimo prostor sportovní haly.*
- 7) Každý úraz ohlásí žáci ihned vyučujícímu. Vyučující posoudí závažnost úrazu a při závažnějším úrazu postupuje následujícím způsobem:
  - a) informuje vedení školy,
  - b) zavolá lékařskou službu,
  - c) ve spolupráci s vedením školy zabezpečí doprovod dospělou osobou k lékaři, oznámí rodičům telefonicky skutečnost o vzniku a postupu ošetření daného úrazu,
  - d) provede zápis do knihy úrazů a vyplní záznam o průběhu úrazu.
- 8) Žákům není dovoleno zapínat a vypínat osvětlení v tělocvičně.
- 9) Žáci v tělocvičně udržují pořádek, nářadí vracejí stále na stejné místo. Vyučující nářadovnu po každé hodině uzamykají.
- 10) Je přísně zakázáno kouření a jakákoliv manipulace s ohněm, zasahování do instalace elektrického rozvodu a vodovodní sítě.
- 11) Učitelé a cvičitelé překontrolují před vstupem i při odchodu stav tělocvičny a nářadovny, zhasnutí světel a uzavření oken.
- 12) Žáci se samostatně přesunují do tělocvičen. Volí nejkratší a nejbezpečnější cestu.
- 13) Před každým vstupem do tělocvičny si žáci u stojanu s dezinfekcí v době koronavirových opatření očístí ruce.