

REGULAMIN KORZYSTANIA Z SIŁOWNI

1. Siłownia przeznaczona jest do realizacji zajęć z wychowania fizycznego oraz SKS-u.
2. Korzystanie z siłowni dozwolone jest tylko w obecności nauczyciela.
3. Celem wyeliminowania nieszczęśliwych wypadków, nauczyciel zobowiązany jest sprawdzić stan techniczny urządzeń do ćwiczeń przed zajęciami i po ich zakończeniu. Niedopuszczalne jest prowadzenie ćwiczeń na sprzęcie niesprawnym.
4. Korzystanie z urządzeń sportowych powinno odbywać się zgodnie z ich przeznaczeniem oraz zalecanymi instrukcjami (por. m.in. wskazówki na „atlasie” i instrukcje opracowane przez n-li).
5. Uczniów obowiązuje w siłowni wysoka dyscyplina oraz bezwzględne podporządkowanie się poleceniom nauczyciela.
6. Uczeń zachowuje ostrożność w czasie ćwiczeń (samokontrola, pomoc współćwiczącym),
7. Wszystkich korzystających z urządzeń sportowych w siłowni obowiązują:
 - poszanowanie sprzętu,
 - troska o bezpieczeństwo własne i innych.
8. Wszystkich ćwiczących obowiązuje odpowiedni do ćwiczeń ubiór sportowy (koszulka, spodenki lub dres oraz zmienne obuwie sportowe na miękkiej i jasnej podeszwie).
9. Uczeń przystępując do zajęć musi zdjąć wszelkie ozdoby (zegarki, okulary, kolczyki, itp.).
10. Uczeń każdą kontuzję, uraz lub wypadek natychmiast zgłasza nauczycielowi.
11. Wszystkie uszkodzenia sprzętu i urządzeń siłowni należy natychmiast zgłaszać prowadzącemu zajęcia.
12. Nieprzestrzeganie regulaminu sali gimnastycznej będzie karane punktami ujemnymi z zachowania.