

## ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 2

im. Marii Skłodowskiej - Curie

05-400 Otwock, ul. Pułaskiego 7

tel. 22 779 30 70, tel./fax 22 779 30 79 w. 55

www.nukleonik.pl

e-mail: sekretariat@nukleonik.pl

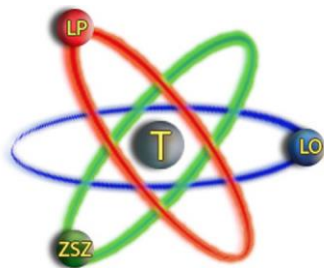
---

### **REGULAMIN SALI GIMNASTYCZNEJ WRAZ Z ZAPLECZEM POŁOŻONEJ OD STRONY UL. PRĄDZYŃSKIEGO NALEŻĄCEJ DO ZESPOŁU SZKÓŁ NR 2 IM. MARII SKŁODOWSKIEJ-CURIE W OTWOCKU**

#### **§ 1**

#### **Założenia ogólne**

1. Sala gimnastyczna jest przeznaczona do realizacji zajęć wychowania fizycznego oraz imprez sportowo-okolicznościowych organizowanych przez Zespół Szkół Nr 2 im. Marii Skłodowskiej – Curie w Otwocku i Powiat Otwocki.
2. Przebywanie na sali gimnastycznej zespołów ćwiczących dozwolone jest tylko w obecności nauczyciela, instruktora lub trenera w danej dyscyplinie sportowej.
3. Za bezpieczeństwo ćwiczących podczas zajęć odpowiada prowadzący zajęcia. Uczniów, personel pedagogiczny oraz zrzeszenia, organizacje pozaszkolne i inne grupy korzystające z sali gimnastycznej za pozwoleniem Dyrektora Szkoły obowiązują zachowanie zgodne z niniejszym regulaminem.
4. Wszystkich ćwiczących obowiązują odpowiedni do ćwiczeń ubiór sportowy oraz zamienne sportowe obuwie na miękkiej podeszwie, czyste, nie używane na dworze oraz nie pozostawiające zarysowań na podłodze (np.: halówki, trampki). Buty należy zmienić niezwłocznie po wejściu do hali na pierwszym holu.
5. Osoby prowadzące zajęcia, sędziowie i personel techniczny zawodów wchodzi na salę w obuwiu gimnastycznym na jasnej lub nie pozostawiającej rys podeszwie.
6. Osoba prowadząca zajęcia, przystępując do prowadzenia zajęć, powinna wejść do sali jako pierwsza w celu skontrolowania stanu sprzętu pod kątem jego bezpieczeństwa (codziennej kontroli musi podlegać stan drabinek, bramek do gry oraz innych urządzeń zamontowanych na sali).
7. Jeżeli stan pomieszczeń do ćwiczeń nie spełnia wymogów bezpieczeństwa, osoba prowadząca zajęcia ma obowiązek zgłosić nieprawidłowości Dyrektorowi Szkoły. Wadliwy sprzęt do ćwiczeń winien być usunięty z sali lub tak zabezpieczony, by uniemożliwić korzystanie z niego młodzieży lub innych osób ćwiczących.



## ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 2

im. Marii Skłodowskiej - Curie

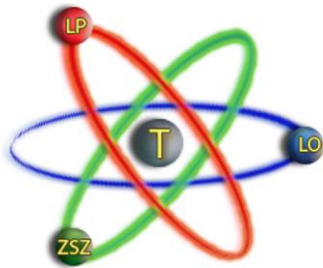
05-400 Otwock, ul. Pułaskiego 7

tel. 22 779 30 70, tel./fax 22 779 30 79 w. 55

www.nukleonik.pl

e-mail: sekretariat@nukleonik.pl

8. Ćwiczący powinni być przeszkoleni w zakresie umiejętnego posługiwania się sprzętem wykorzystywanym do ćwiczeń sportowych.
9. Ćwiczący przebierają się w szatni, pozostawiając swoje rzeczy w należytym porządku w szafkach. W czasie przebywania młodzieży na sali gimnastycznej szatnia powinna być zamknięta. Młodzież nie uczestnicząca czynnie w zajęciach nie może przebywać w czasie zajęć w szatni.
10. 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.
11. Wszystkie urządzenia sali oraz sprzęt do ćwiczeń mogą być wykorzystane tylko zgodnie z ich przeznaczeniem.
12. Przyrządy gimnastyczne i inny sprzęt pomocniczy należy zostawić po zakończonych zajęciach w oznaczonym miejscu.
13. Młodzież ćwicząca na sali gimnastycznej zobowiązana jest przestrzegać poleceń nauczyciela, dotyczących szczególnie porządku i dyscypliny organizacji zajęć.
14. Każdy wypadek, kontuzję, skaleczenie czy nagłe pogorszenie się samopoczucia należy natychmiast zgłosić nauczycielowi prowadzącemu zajęcia.
15. Za stan urządzeń i sprzętu oraz ich przydatności do ćwiczeń, a także za bezpieczeństwo ćwiczących w czasie zajęć odpowiedzialny jest osoba prowadząca zajęcia.
16. Utrzymanie czystości sali gimnastycznej, szatni, sprzętu oraz wietrzenie tych pomieszczeń stanowi warunek ich korzystania.
17. Sprzęt i urządzenia sali gimnastycznej są dobrem społecznym. Poszanowanie i troska o jego dobry stan jest obowiązkiem wszystkich z nich korzystających.
18. Każdy Zespół korzystający z sali oraz szatni zobowiązany jest do przestrzegania ładu i porządku po zakończonych zajęciach.
19. Osoby postronne korzystające z sali gimnastycznej zobowiązane są zapewnić sprzęt do korzystania z zajęć we własnym zakresie.
20. Organizacje pozaszkolne mogą korzystać z sali po uprzednim zawarciu pisemnej umowy z Dyrektorem Szkoły.
21. Za zniszczenia wynikające z nienależytego użytkowania Sali gimnastycznej wraz z zapleczem i urządzeń sportowych znajdujących się na terenie obiektu



## ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 2

im. Marii Skłodowskiej - Curie  
05-400 Otwock, ul. Pułaskiego 7  
tel. 22 779 30 70, tel./fax 22 779 30 79 w. 55

www.nukleonik.pl e-mail: sekretariat@nukleonik.pl

odpowiedzialność finansową ponosi osoba, która dopuściła się zniszczeń, a w przypadku osób niepełnoletnich, prawny opiekun.

22. 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.

### § 2

#### Zachowanie się w sali gimnastycznej i w jej pomieszczeniach

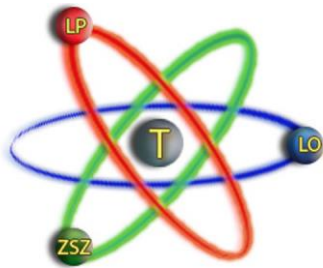
Zabrania się :

1. Niećwiczącym przebywania poza salą gimnastyczną.
2. Wchodzenia na salę gimnastyczną w innym obuwiu niż czyste sportowe, nie pozostawiające rys na podłodze.
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, narkotyzowania oraz innych używek.
8. Bezwzględnie zabrania się spożywania napojów i posiłków oraz żucia gumy na hali sportowej i trybunach.
9. Wspinania, wieszania, huśtania się na bramkach, drabinkach, koszach, linach, kółkach bez nadzoru nauczyciela.
10. Wnoszenia na teren obiektu niebezpiecznych przedmiotów oraz opakowań szklanych.
11. Przesuwania sprzętu po parkiecie – sprzęt należy przenosić.

### § 3

#### Zasady korzystania z małej sali gimnastycznej

1. Na małej sali gimnastycznej obowiązują wszystkie zasady przedstawione w §1 i 2 niniejszego regulaminu.



## ZESPÓŁ SZKÓŁ NR 2

im. Marii Skłodowskiej - Curie

05-400 Otwock, ul. Pułaskiego 7

tel. 22 779 30 70, tel./fax 22 779 30 79 w. 55

www.nukleonik.pl

e-mail: sekretariat@nukleonik.pl

---

### § 4

#### Zasady korzystania z siłowni

1. Na siłowni obowiązują wszystkie zasady przedstawione w §1 i 2 niniejszego regulaminu oraz dodatkowo poniższe.
2. Wszystkie osoby korzystające z siłowni powinny się zapoznać z regulaminem przed rozpoczęciem ćwiczeń.
3. Osoby naruszające porządek, przepisy regulaminu lub obowiązujących instrukcji urządzeń treningowych, mogą być usuwane z siłowni.
4. Przed rozpoczęciem ćwiczeń na urządzeniach treningowych dla zachowania bezpieczeństwa, korzystający, winien sprawdzić stan techniczny urządzenia z którego będzie korzystał i w przypadku zauważenia usterek zgłosić ten fakt obsłudze siłowni.
5. Ćwiczenia na poszczególnych urządzeniach treningowych należy wykonywać w miejscu w którym zostały one ustawione.
6. Zabrania się korzystającym z siłowni przestawiania urządzeń treningowych i wprowadzania innych regulacji, które mogą zagrażać bezpieczeństwu.
7. Zaleca się korzystanie na siłowni ze swojego ręcznika oraz dezynfekowanie powierzchni sprzętu po zakończonym ćwiczeniu.
8. Po zakończeniu ćwiczeń, urządzenia treningowe, z których korzystano winny być pozostawione w należyтым stanie technicznym i pozostawione na swoim pierwotnym miejscu.

### § 5

#### Toalety

1. Toalety powinny być zawsze utrzymane w należytej czystości.
2. Do muszli klozetowych i umywalek nie należy wrzucać śmieci, podpasek, niedopałków oraz resztek posiłku, papieru toaletowego i ręczników papierowych.
3. Na muszlę klozetową nie należy wchodzić.
4. Toalety, prysznice i szatnie należy pozostawić do dyspozycji następnych użytkowników w należyтым porządku i w stanie nie gorszym niż się ją zastało.