

REGULAMIN SIŁOWNI

W ZS NR 1 W WIELUNIU

1. Siłownia jest miejscem przeznaczonym wyłącznie do prowadzenia zajęć z wychowania fizycznego.
2. Z siłowni mogą korzystać grupy ćwiczebne tylko w obecności nauczyciela prowadzącego zajęcia.
3. Opiekę nad siłownią podczas ćwiczeń powierza się prowadzącemu zajęcia.
4. Sprzęt do ćwiczeń należy rozstawiać tylko w obecności nauczyciela.
5. O wszystkich sytuacjach wypadkowych, zagrażających życiu i zdrowiu ćwiczących oraz nieprawidłowej pracy urządzeń należy bezwzględnie powiadomić nauczyciela.
6. Wszelkie uszkodzenia sprzętu i przyrządów należy zgłaszać nauczycielom wychowania fizycznego.
7. Zabrania się wykonywania ćwiczeń na przyrządach uszkodzonych lub niesprawnych.
8. Korzystanie ze sprzętu powinno odbywać się zgodnie z zaleceniem prowadzącego zajęcia w sposób bezpieczny tj. zapewnieniem dbałości o bezpieczeństwo ćwiczących, poszanowanie sprzętu i sali.
9. Każda klasa czy grupa ćwiczebna korzystająca z siłowni zobowiązana jest do pozostawienia ładu i porządku po zakończonych zajęciach.
10. Osoby korzystające z siłowni obowiązują odzież i obuwie sportowe.
Ze względów higienicznych wskazane jest posiadanie ręcznika.
11. W siłowni zabrania się szczególnie :
 - a) spożywania pokarmów.
 - b) niszczenia urządzeń i wyposażenia siłowni.
 - c) wykonywania ćwiczeń siłowych na ławeczce z dużymi obciążeniami bez asekuracji współćwiczących.
 - d) zakładania na sztangę talerzy (bez zabezpieczeń zaciskami), o różnej wadze po obu końcach sztangi.
12. Osoby niszczące wyposażenie i urządzenia siłowni ponoszą odpowiedzialność materialną wysokości 100 % wartości szkody.
13. Podczas przerwy siłownia pozostaje pusta i zamknięta.

Nauczyciele WF

Dyrektor Szkoły