

# REGULAMIN ZAJĘĆ Z WYCHOWANIA FIZYCZNEGO

1. Zajęcia z wychowania fizycznego mogą odbywać się na terenie Powiatowego Zespołu Szkół Ogólnokształcących w Legionowie, na lodowisku miejskim oraz na stadionie miejskim.
2. Na wszelkie zajęcia odbywające się poza terenem szkoły (np. zajęcia na basenie, zawody sportowe) uczniowie wychodzą pod opieką nauczyciela spod szkoły. Po zakończeniu zajęć nauczyciel odprowadza uczniów pod budynek szkoły.
3. W czasie lekcji wolno korzystać z obiektów, przyborów i przyrządów sportowych tylko za zgodą i pod nadzorem nauczyciela.
4. W czasie lekcji należy przestrzegać regulaminów obiektów, na których zajęcia się odbywają.
5. Uczniowie przebierają się w szatni w czasie przerwy i równo z dzwonkiem wychodzą na lekcje.
6. Na zajęcia uczeń ma obowiązek przebrać się w odpowiedni strój sportowy (koszulka z krótkim rękawem, w ustalonym kolorze, spodenki sportowe (bez guzików i zamków błyskawicznych) , buty na gumowej lub kauczukowej podeszwie, sznurowane lub na rzepy).
7. Ze względu na bezpieczeństwo ćwiczących zabrania się noszenia zegarków oraz różnego rodzaju ozdób takich jak pierścionki, łańcuszki, kolczyki itp. Dopuszczalne są jedynie małe wkłady w małżowinie usznej. Długie włosy muszą być związane.
8. Ze względu na bezpieczeństwo własne i współćwiczących uczniowi noszącemu okulary zaleca się okulary sportowe lub szkła kontaktowe. Jeżeli takich nie posiada ćwiczy na własne ryzyko i odpowiedzialność a za wszelkie wynikające z tego faktu urazy i szkody ponosi rodzic / opiekun lub pełnoletni uczeń.
9. Na lekcji w-f zabrania się spożywania posiłków. Zabronione jest żucie gumy.
10. Na czas trwania lekcji szatnie zamknięte są na klucz, który posiada nauczyciel w-f. Za rzeczy pozostawione w szatni szkoła nie odpowiada.
11. Zabrania się samowolnego opuszczania miejsca ćwiczeń bez zgody prowadzącego zajęcia. Niezastosowanie się do tego będzie traktowane jako ucieczka z lekcji.
12. Zaistniały wypadek oraz różnego rodzaju urazy powstałe przed lub podczas lekcji należy natychmiast zgłosić nauczycielowi.
13. Na zajęciach należy unikać brawury, przemocy lub brutalności oraz nie używać wulgaryzmów.
14. Uczniowie posiadający zwolnienia lekarskie tudzież zwolnienia od rodziców z ćwiczeń na lekcji zgłaszają o tym nauczycielowi na początku zajęć. Uczniowie niećwiczący mają obowiązek pomagać w organizacji lekcji. Uczniowie mający całoroczne zwolnienie z wychowania fizycznego mają obowiązek przebywania na lekcji w-f pod opieką nauczyciela.

15. Należy zapobiegać niszczeniu urządzeń i sprzętu sportowego, a zauważone usterki należy natychmiast zgłosić prowadzącemu zajęcia. Za celowe zniszczenie oraz zgubienie sprzętu odpowiada uczeń. Jeśli winny nie przyznaje się do zniszczenia/ zgubienia sprzętu sportowego obowiązuje odpowiedzialność zbiorowa. (lub taką odpowiedzialność ponoszą ich prawni opiekunowie).
16. Ze szkolnego sprzętu sportowego można korzystać wyłącznie podczas zajęć z wychowania fizycznego i zajęć pozalekcyjnych.
17. Po skończonej lekcji salę gimnastyczną, szatnie, urządzenia i sprzęt sportowy należy pozostawić w należyтым porządku.
18. Uczeń powinien dbać o swoje zdrowie, przestrzegać zasad higieny osobistej i estetyki ubioru.
19. W czasie zajęć należy bezwzględnie przestrzegać regulaminu i poleceń nauczyciela. Uczniowie naruszający lub lekceważący regulamin mogą być ukarani zgodnie z PZO i Statutem Szkoły.

Opracowali:  
mgr Barbara Przytuła Doktorska,  
mgr Wojciech Lalek,  
mgr Mariola Majcher,  
mgr Urszula Patriak,  
mgr Anna Stefanowska.