

Poučení o bezpečnosti v hodinách TV

A. Zdravotní způsobilost:

- 1) Žák, který má zdravotní omezení, předloží třídnímu učiteli lékařské vyjádření o případném částečném nebo úplném zákazu provádění tělesných cvičení, a danou skutečnost oznámí vyučujícímu.
- 2) Žák, který má krátkodobé zdravotní potíže, předloží vyučujícímu písemné vyjádření od rodičů, případně od lékaře.
- 3) Žák, který se před nebo během cvičení necítí zdravý nebo má jiné zdravotní potíže, upozorní vyučujícího, který přihlédne k okolnostem a rozhodne o jeho další účasti na cvičení.

B. Bezpečnostní pokyny, zásady úrazové prevence, požadavky na dodržování kázně:

Žák školy:

- 1) Používá odpovídající cvičební úbor a vhodnou sportovní obuv podle druhu vykonávané činnosti a podle pokynů vyučujícího, převléká se v šatnách tělocvičny apod.
- 2) Před hodinou tělesné výchovy odkládá do své uzamykatelné skříňky ozdobné a jiné předměty jako **hodinky, prstýnky, náramky, náhrdelníky, náušnice, ozdobné kroužky, mobilní telefony** aj.
- 3) Před cvičením se vhodně upraví (nejsou vhodné nadměrně dlouhé nehty a dlouhé vlasy sepnuté).
- 4) Řídí se pokyny vyučujícího TV, chová se tak, aby neohrozil sám sebe ani nikoho jiného.
- 5) V hodině TV nejí a nežvýká (i necvičící žák).
- 6) Necvičící žák se zdržuje pouze na místě, které mu určí vyučující.
- 7) V hodině tělesné výchovy je povinen:
 - a) nepřeceňovat své síly, necvičit svévolně na jiném než určeném nářadí a nevykonávat jinou činnost než tu, která vyplývá z úkolu stanoveného učitelem,
 - b) hlásit jakékoliv zjištěné závady a nedostatky (na náčiní a nářadí, v tělocvičně, na hřišti apod.)
 - c) nevzdalovat se bez dovolení učitele z místa cvičení
 - d) neprovádět přemísťování a úpravy
 - e) nářadí bez svolení vyučujícího
 - f) při sportovních hrách dodržovat platná pravidla, která byla sdělena vyučujícím, nepoužívat vulgární výrazy, projevy hrubosti apod.,
 - g) sportovní náčiní používat s opatrností,
 - h) dojde-li k **úrazu** tento **ihned nahlásit (nejpozději do konce hodiny) vyučujícímu**, který žáku poskytne první pomoc a učiní další opatření související s úrazem,

- i) krátkodobé opouštění tělocvičny (pitný režim, toalety) Žák hlásí vyučujícímu.

C. Pravidla cvičení v tělocvičnách a na hřišti:

Žák školy:

- 1) Se přesouvá na sportoviště podle pokynů vyučujícího, dodržuje pravidla bezpečnosti při přesunu.
- 2) Do tělocvičny vchází až po vyučujícím a odchází před vyučujícím.
- 3) Řídí se příslušným provozním řádem tělocvičny nebo hřiště, nesmí manipulovat s el.zařízením.
- 4) Neprovádí úpravy nářadí bez svolení vyučujícího, vyčká, až bude vše připraveno ke cvičení (zajištění nářadí, žíněnky a jiné zabezpečení).
- 5) Na nářadí necvičí sám bez dopomoci či záchrany vyučujícího.
- 6) Použité nářadí a náčiní vrací na původní místo a udržuje pořádek v nářadovně.

D. Hodnocení

- 1) 60% známky je tvořeno výkonem, především jeho technickým provedením. Absolutní (tabulkový) výkon je evidován pro hodnocení srovnání 2 výkonů téhož žáka v jednotlivých disciplínách ze dvou různých klasifikačních období (zlepšil jsem se, zhoršil jsem se).
- 2) 40% známky naplňuje chování, aktivní přístup k plnění úkolů, připravenost na výuku (obuv, úbor) a dodržování pravidel.
- 3) Je-li počet aktivních hodin žáka **nižší než 50%** z celkového počtu hodin tv za příslušné pololetí, **není žák za toto pololetí hodnocen.**

Svým podpisem stvrzuji, že jsem byl seznámen s pravidly bezpečnosti v hodinách TV, rozumím jim a budu se jimi řídit.

V Loučení dne