

Załącznik nr 2

**Regulamin wychowania fizycznego I LO im Antoniego Osuchowskiego w Cieszynie obowiązujący w okresie zapobiegania, przeciwdziałania i zwalczania COVID-19**

1. Wszystkich uczestników zajęć z wychowania fizycznego obowiązuje Procedura organizacji pracy I LO wprowadzona przez Dyrektora Zarządzeniem nr 12/2020.
2. Lekcje wychowania fizycznego prowadzone będą w salach gimnastycznych i siłowni, przy zachowaniu zmianowości grup i dystansu społecznego pomiędzy nimi.
3. W miarę możliwości, przy sprzyjających warunkach pogodowych, zajęcia będą się także odbywać poza terenem szkoły na świeżym powietrzu, z wykorzystaniem: stadionu, lasku miejskiego, boiska wielofunkcyjnego oraz lodowiska.
4. Podłoga oraz sprzęt sportowy wykorzystywany podczas zajęć będzie regularnie czyszczony z użyciem płynów do dezynfekcji po każdym dniu zajęć (w miarę możliwości po każdym zajęciach), a sala będzie wietrzona co najmniej co godzinę.
5. Sprzęt sportowy, którego nie można dezynfekować, będzie zabezpieczony przed użyciem.
6. W celu zapewnienia bezpiecznych warunków przebijania się i nie mieszania się kolejnych grup, uczniowie podczas przerwy poprzedzającej zajęcia już się do nich przygotowują. Lekcje powinny zaczynać się punktualnie, ponieważ 5 ostatnich minut należy wykorzystać na przebranie się i opuszczenie pomieszczeń.
7. Wchodząc z korytarza na teren szatni należy zdezynfekować ręce.
8. Młodzież mająca zajęcia na dużej sali wchodzi grupami 5-osobowymi do szatni i przebiera się. Osoby przebrane po zdezynfekowaniu rąk wchodzi na salę i z zachowaniem dystansu siadają na ławki, czekając na nauczyciela. Na dużej sali zajęcia będą się odbywać, w miarę możliwości, z zakresu ćwiczeń technicznych oraz gier zespołowych.
9. Młodzież, która będzie korzystać z siłowni wchodzi do szatni grupami 5-osobowymi i następnie przebiera się. Osoby przebrane ponownie wychodzą na korytarz i z zachowaniem dystansu społecznego czekają na nauczyciela. Po rozgrzewce i po zdezynfekowaniu rąk uczniowie wchodzi rotacyjnie na siłownię. Ilość osób jednorazowo ćwiczących uzależniona jest od stanowisk do ćwiczeń.
10. Grupa, której zajęcia wypadają na małej sali gimnastycznej wchodzi na salę po uprzednim zdezynfekowaniu rąk, z zachowaniem dystansu i czeka na nauczyciela. Z powodu braku odpowiednich warunków, lekcje odbywać się będą z zakresu tenisa

stołowego oraz będą miały charakter profilaktyczny.

11. Ostatnich 5 minut lekcji będzie poświęconych na ponowne przebranie się i opuszczenie pomieszczeń wychowania fizycznego równo z dzwonkiem na przerwę.
12. Osoby ćwiczące na dużej sali po przebraniu się i dezynfekcji rąk, wracają na salę i tam czekają na całą klasę. Po dzwonku na przerwę opuszczają pomieszczenie.
13. Osoby, które korzystają z siłowni po przebraniu się wracają na korytarz i tam czekają na całą klasę. Po dzwonku udają się na przerwę.
14. Na terenie bloku sportowego mogą przebywać tylko uczniowie mający zajęcia lekcyjne lub przygotowujący się do nich.