



Szkoła Podstawowa nr 8 w Toruniu im. Marii Skłodowskiej-Curie

REGULAMIN SIŁOWNI

1. Siłownia jest czynna od poniedziałku do piątku od 7:00 do 21:00
2. **Przed przystąpieniem do ćwiczeń opiekun siłowni, uprawniony nauczyciel lub instruktor sprawdza wizualnie i praktycznie sprzęt, czy nie stanowi on zagrożenia dla ćwiczących. W przypadku stwierdzenia nieprawidłowości, uszkodzeń lub zagrożeń należy zgłosić ten fakt do dyrektora szkoły, wicedyrektora lub kierownika – wówczas nie przeprowadzać zajęć w siłowni.**
3. Grupa ćwiczebna przebiera się w szatni przy siłowni wyłącznie pod opieką nauczyciela lub instruktora.
Kategorycznie zabrania się uczniom oczekującym na zajęcia przebywania w szatni oraz siłowni bez opiekuna.
4. Osoba prowadząca zajęcia w siłowni oraz osoba odpowiedzialna za grupę ćwiczebną ponosi odpowiedzialność za bezpieczeństwo i higienę podczas ćwiczeń, ład, porządek i sprzęt w siłowni.
5. Korzystający z siłowni zobowiązani są do posiadania stroju sportowego, korzystania z przyrządów zgodnie z przeznaczeniem, natychmiastowego zgłoszenia prowadzącemu zajęcia wszelkich uszkodzeń sprzętu.
6. Z siłowni mogą korzystać wyłącznie uczniowie gimnazjum pod opieką uprawnionego nauczyciela lub instruktora.
7. **Osoby korzystające z siłowni, zobowiązane są do przestrzegania regulaminu siłowni ze szczególnym zwróceniem uwagi na bezpieczeństwo i higienę.**
8. Ćwiczący zobligowani są do bezwarunkowego podporządkowania się poleceniom instruktora lub nauczyciela prowadzącego zajęcia.
9. Po zakończeniu zajęć należy uporządkować stanowisko w sposób zalecany przez nauczyciela lub instruktora, a w szczególności należy odłożyć obciążniki, hantle, sztangi na swoje miejsce, gryf sztangi powinien być zdjęty ze stojaka.
10. Zabrania się ćwiczącym rzucania obciążników, hantli, sztang i innych ciężkich przedmiotów na podłogę, powodowania sytuacji zagrażających bezpieczeństwu – nieład, biegania, hałasowania, niewłaściwego wykorzystania przyrządów.
11. Klucz do siłowni wydają uprawnionym osobom pracownicy obsługi na basenie – szatniarka mająca dyżur, a w przypadku jej nieobecności aktualnie pracujący ratownik.
12. **Z niniejszym regulaminem należy zapoznać uczniów i uczestników zajęć – odnotować ten fakt w dzienniku zajęć lekcyjnych.**