**TĚLOCVIČNA - PROVOZNÍ ŘÁD**

Parkourpraha

1. Žáci vstupují do tělocvičny a šatny pro Parkour pouze pod dohledem vyučujícího trenéra.

2. Žáci s momentálními zdravotními potížemi o nich informují vyučujícího trenéra na začátku hodiny nebo okamžitě v průběhu hodiny při jejich vzniku.

3. Žáci při cvičení nesmí mít na sobě hodinky, prstýnky, řetízky, náušnice, piercing a jiné předměty, které by mohli způsobit úraz. Ukládají je na určené místo podle pokynů vyučujícího. Žáci nesmí nosit a používat v tělocvičně žvýkačky a jídlo.

4. Žáci cvičí v tělocvičně v předepsaném cvičebním úboru a k tomu určené sportovní obuvi.

5. Žáci provádějí v tělocvičně jen činnosti určené vyučujícím trenérem. Při nich dodržují předně stanovené postupy a způsoby cvičení. Cvičící se chovají tak, aby neohrozili zdraví svoje, ani ostatních přítomných osob.

6. S tělovýchovným nářadím a zařízením tělocvičny zacházejí šetrně, pokud zjistí závadu, která by mohla ohrozit bezpečnost cvičení, oznámí ji neprodleně vyučujícímu trenérovi.

7. Při vstupu do tělocvičny má žák lahev s pitím (nikoliv však skleněnou), dbá pokynů trenéra na pauzy.

8. Dá-li trenér pauzu, žák se jde napít a po svolení trenéra opustí tělocvičnu za účelem si dojít na WC.

9. Při pauze žáci NESMÍ svévolně skákat na překážkách. V případě porušení tohoto ustanovení, má trenér právo žáka z hodiny vyloučit pro hrubé porušení bezpečnosti.

10. Každý úraz hlásí žáci ihned trenérovi. Trenér posoudí závažnost poranění. V případě vážnějšího úrazu postupuje trenér v souladu se směrnicí při úrazu:

1. Zapisovat veškeré zranění a úrazy do knihy úrazů, odřeniny, naraženiny a vážnější úrazy.
2. Informovat rodiče, zákonného zástupce dítěte o úrazu.
3. Při vážnějším úrazu a podezření na zlomeninu či otřes hlavy po pádu, vždy volat záchrannou službu 155 či 112 a neprodleně informovat rodiče, zákonné zástupce.
4. Ukončit trénink, kontaktovat hlavního trenéra, kontrolovat stav dítěte do příjezdu záchranné služby.
5. Doprovázet svěřence do nemocnice do doby, než se dostaví rodič, zákonný zástupce a bude ukončeno vyšetření dítěte.

11. Žákům není dovoleno zapínat a vypínat osvětlení v tělocvičně, či jinak s ním manipulovat.

12. Žáci udržují pořádek v tělocvičně, nářadí vracejí stále na stejné místo. Vyučující nářaďovnu po každé hodině uzamykají.

13. Je přísně zakázáno kouření a jakákoliv manipulace s ohněm, zasahování do instalace elektrického rozvodu a vodovodní sítě.

14. Trenéři a cvičitelé překontrolují před vstupem i při odchodu stav tělocvičny a nářaďovny, zhasnutí světel a uzavření oken.

V Praze dne: zákonný zástupce dítěte: