

**REGULAMIN PROWADZENIA ZAJĘĆ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO  
I KORZYSTANIA Z OBIEKTÓW SPORTOWYCH W WARUNKACH  
ZAGROŻENIA COVID-19**

1. Udział w zajęciach sportowych możliwy jest zgodnie z ustalonym harmonogramem zajęć szkolnych.
2. **Zajęcia wychowania fizycznego odbywają się w grupach koedukacyjnych** w celu zminimalizowania kontaktów uczniów różnych klas. Realizacja zajęć wychowania fizycznego może odbywać się w bloku dwugodzinnym, **najlepiej na świeżym powietrzu**. Trzecia lekcja tego przedmiotu będzie miała najczęściej charakter zajęć teoretycznych.
3. W sali gimnastycznej używany sprzęt sportowy oraz podłoga powinny zostać umyte **detergentem lub zdezynfekowane** po każdym dniu zajęć, a w miarę możliwości po każdym zajęciach.
4. Uczestnicy zajęć winni zachować pomiędzy sobą oraz nauczycielami **dystans społeczny**.
5. Podczas zajęć sportowych obowiązuje **nakaz: unikania gromadzenia się w grupach**, spożywania produktów spożywczych, pozostawiania na stałe w pomieszczeniach własnych materiałów do zajęć i prywatnych sprzętów.
6. Nauczyciele realizując zajęcia w bloku 2-godzinnym mogą indywidualnie dostosowywać przerwy międzylekcyjne w celu zmniejszenia ilości osób przebywających na korytarzach lub na świeżym powietrzu.
7. Przy wejściu na salę gimnastyczną obowiązuje zasada dystansu społecznego oraz obowiązkowe odkażanie rąk płynem do dezynfekcji. Po zajęciach należy wywietrzyć pomieszczenie lub jeżeli jest to możliwe pozostawić otwarte okno podczas trwania zajęć.
8. Młodzież przebiera się **w szatni w małych grupach**. Czynność tą dokonuje w sposób rotacyjny. Połowa grupy przebiera się w szatni zachowując bezpieczne odstępny (skracając czas przebierania się do minimum), natomiast druga część grupy oczekuje w bezpiecznych odstępach we wskazanym miejscu.
9. Obowiązkowo przed i po każdej lekcji uczeń myje ręce wodą z mydłem, **zgodnie z instrukcją** zawieszoną w widocznym miejscu w łazience.
10. Podczas zajęć **ograniczone zostają ćwiczenia i gry kontaktowe do minimum** (np. gimnastyka, koszykówka, piłka ręczna).
11. Gry i ćwiczenia kontaktowe **zostają zastąpione innymi** (np. siatkówka, lekkoatletyka, tenis stołowy i ziemny, badminton, biegi przełajowe).
12. W miarę możliwości zajęcia prowadzone są na otwartej przestrzeni oraz z wykorzystaniem obiektów sportowych szkoły.
13. Przybory do ćwiczeń (piłki, skakanki, itp) wykorzystywane podczas zajęć będą czyszczone lub dezynfekowane.