

PROCES-VERBAL

Încheiat astăzi între prof.și elevii clasei, cu ocazia prelucrării și luării la cunoștință a „Regulilor de protecție a muncii și de prevenire a accidentelor la orele de educație fizică efectuate ONLINE, în casă” - în perioada de pandemie (COVID-19”.

PARTICIPAREA FIZICĂ la orele de educație fizică și sport este **PERMISĂ** doar elevilor care au a avizului medical „**CLINIC SANATOS**” sau – „**APT PENTRU EFORT FIZIC ÎN ANUL ȘCOLAR 2020-2021**” la orele de de educație fizică și sport;

● Elevii care nu prezintă adeverința **NU AU VOIE SĂ EFECTUEZĂ NICIUN EFORT FIZIC** și vor fi prezenți **OBLIGATORIU** la ora de educație fizică și sport, dacă nu elevul va fi considerat **ABSENT**;

● **IMPORTANT !!! NU SE EXECUTĂ NICIUN EFORT FIZIC** dacă starea de sănătate în momentul respectiv **NU ESTE FOARTE BUNĂ** și în același timp este obligatoriu ca elevii (**în special cei din ciclul primar**) să fie supravegheați în momentul efectuării exercițiilor, astfel încât în cazul unui eveniment nedorit, din punct de vedere medical, să se poată interveni;

● Elevii **inapți total**, scutiți medical de la orele sau lecțiile de educație fizică și sport, **au obligația de a fi prezenți** la acestea în ținuta vestimentară pe care o doresc, dacă lipsesec absențele lor de la aceste ore se consemnează în catalog și generează efectele prevăzute de legislația în vigoare;

● Elevii inapți medical vor prezenta profesorului la începutul cursurilor adeverința medicală pentru luarea în evidență; ei vor fi obligatoriu prezenți la ore (cu încălzări adecvate pentru sală) și pot lucra, în funcție de afecțiuni, în mod individualizat, sau li se repartizează efectuarea unor teme cu caracter teoretic și/sau organizatoric (înregistrarea rezultatelor la probe, arbitraj, transportul unor materiale sportive etc);

● Participarea la lecțiile de educație fizică se face în echipament sportiv adecvat condițiilor de lucru (din casă sau de afară) și **CU CAMERA VIDEO PORNITĂ**.

● Elevii participanți la lecții trebuie să informeze profesorul despre starea de sănătate. Efectuarea exercițiilor fizice este permisă persoanelor sănătoase, care nu au contraindicații medicale privind efectuarea de exerciții fizice și susținerea efortului fizic;

● Orice problemă medicală care interzice efectuarea exercițiilor fizice trebuie motivată și adusă la cunoștință profesorului;

● Elevii care au recomandări medicale pentru anumite afecțiuni trebuie să informeze profesorul și pot executa exercițiile medicale recomandate, cu respectarea măsurilor de protecție a muncii, menționate în prezentele norme. În cazul în care sunt elevi care au contraindicații cu privire la anumite exerciții și tipuri de efort, trebuie să aducă la cunoștință profesorului;

- Dacă pe parcursul lecției apar accidentări, stare de rău, amețală, se întrerupe imediat efortul și se informează cât mai repede un membru al familiei și profesorul;
- Este recomandat ca încăperea să fie aerisită și să aveți în preajmă un prosop;
- Elevii participanți la lecții trebuie să aibă pregătit un spațiu adecvat, de cel puțin 2 m², fără obiecte în zona respectivă (mobilier, instalații electrice, de iluminat, cabluri, etc.);
- Atenție la corpurile de iluminat! Elevii trebuie să se asigure că nu le ating! Dacă nu se poate asigura un alt spațiu de lucru, elevii nu vor face nici un exercițiu (sărituri, ridicări de brațe, etc) care poate duce la lovirea acestora;
- Suprafața de lucru trebuie să fie stabilă, plană și nealunecoasă;
- ESTE INTERZISĂ executa săriturilor, variațiilor de pași sau altor mișcări care pot duce la loviri, DACĂ SUPRAFAȚA DE LUCRU ESTE ALUNECOASĂ;
- Lucrul în poziția așezat sau culcat se face cu asigurarea unei suprafețe adecvate (saltea de izopren, perne de scaun, pătură, covor moale, etc.) care să împiedice rănirea corpului. Executarea exercițiilor trebuie întreruptă imediat dacă apar dureri la nivelul tegumentelor sau dureri osoase;
- Atenție la exercițiile din poziția culcat! Elevii trebuie să se asigure că nu se lovesc cu capul sau picioarele de obiectele din casă;
- Elevii vor lucra numai exercițiile indicate de profesor, vor respecta cu strictețe comenzile și indicațiile acestuia, astfel încât să nu se accidenteze ESTE INTERZIS să se improvizeze/execute alte mișcări. Cei care doresc să execute exerciții diferite trebuie să informeze profesorul și să aibă acordul acestuia;
- Orice nelămurire cu privire la exercițiile recomandate de profesor trebuie adusă la cunoștință acestuia! Întrebați întotdeauna când aveți neclarități!
- Este interzis consumul de alimente și băuturi în timpul desfășurării lecției;
- ESTE INTERZISĂ filmarea și fotografierea activității de la ore!
- ESTE INTERZISĂ ieșirea din întâlnire fără acordul profesorului. În cazul în care aveți probleme de ordin tehnic cu privire la conectare sau participare la lecție cu camera deschisă, informați profesorul, învățătorul sau dirigintele în cel mai scurt timp despre situația ivită;
- La finalul orelor de educație fizică, toți elevii trebuie să se spele pe mâini cu apă și săpun timp de 20 secunde.

**ÎN CAZ DE NERESPECTARE A REGULILOR, ELEVII POT FI SANȚIONAȚI
CONFORM PREVEDERILOR DIN REGULAMENTUL ȘCOLAR.**

Notă: La prezentul proces-verbal, se anexează listele nominale pe clase cu semnăturile de luare la cunoștință.