



RĪGAS DOMES IZGLĪTĪBAS, JAUNATNES UN SPORTA DEPARTAMENTS

RĪGAS PĀRDAUGAVAS PAMATSKOLA

Reģ. Nr 3812900704.,

Kartupeļu iela 2, Rīga, LV-1058, tālrunis 7623155, fakss 7625760, e-pasts pdps@riga.lv

REGLAMENTS

Rīga

2006. gada 21. decembrī

rikojums Nr.51 -p

RĪGAS PĀRDAUGAVAS PAMATSKOLAS

Skolēnu uzvedības un kārtības noteikumi sporta stundās

I. Vispārīgie noteikumi

1. Katra skolēna pienākumi sporta stundā ir:
 - ievērot vispārpieņemtās uzvedības normas;
 - būt kārtīgam un disciplinētam;
 - ar savu rīcību nenodarīt ļaunu citiem skolēniem;
 - atbalstīt un aktīvi iesaistīties sporta stundas darbā, maksimāli izmantojot savu fizisko potenciālu;
 - nebojāt skolas inventāru ģērbtuvēs, dušās, higiēnas telpās un sporta zālē;
 - saudzēt sporta stundās izmantojamo sporta inventāru (bumbas, lecamauklas, vingrošanas paklājus, solus, sienas u.t.t.);
 - uzrādīt savu dienasgrāmatu pēc skolotāja prasības, neaizkavējot mācību stundu.
2. Ģērbtuvēs un skolas teritorijā aizliegts smēķēt, atrasties reibuma stāvoklī, lietot alkoholiskos dzērienus un narkotiskās vielas.
3. Sporta stundas laikā skolēniem jāatrodas tiešās nodarbošanās vietā.
4. Slimības gadījumā:
 - vecāku zīmes atļauts izmantot divas mācību stundas pēc kārtas;
 - pēc slimības nepieciešama ģimenes ārsta zīme, kurā uzrādīts laika periods, līdz kuram skolēns ir atbrīvots no fiziskās slodzes;
 - skolēni, kuri ir atbrīvoti, ir sporta tērpā un sporta apavos, bet strādā pie samazinātas fiziskās slodzes.
5. Nepiederošām personām uzturēties sporta stundā bez iepriekšējas saskaņošanas ar skolas administrāciju nav atļauts.

II. Noteikumi pirms un pēc sporta stundas

1. Pārgērbties uz sporta stundu jāierodas ne vēlāk kā 5 minūtes pirms zvana zēniem un meitenēm atsevišķi norādītās telpās.
2. Ģērbtuvēs jāierodas tīros apavos, bet, ja gadās ienākt netīros, zemajos apavos, jālūdz skolotājam grīdas birste un aiz sevis jāsatīra. Ienākot skolā no sporta laukuma, stundas beigās, apavi rūpīgi jānotīra uz šim nolūkam domātā paklājiņa.
3. Skolēni pārgērbjas, pārvelk īsās sporta zeķes pirms un pēc sporta stundas.
4. Sporta apavus apauj arī ģimenes ārsta uz laiku atbrīvotie skolēni.
5. Ģērbtuvēs nedrīkst trokšņot (ar spēku aizcirst durvis un logus, kļūgāt, daudzīties, iet vai ar spēku lauzties zēnu vai meiteņu ģērbtuvē u.t.t.).
6. Atkarībā no laika apstākļiem un nodarbības vietas, apģērbt attiecīgu sporta tērpu un apaut sporta apavus:
 - nodarbojoties sporta laukumā vēsākā laikā, apģērbt garo sporta tērpu (garās sporta bikses un sporta jaku) pēc nepieciešamības uzvilkt vējjaku;
 - nodarbojoties sporta zālē vai sporta laukumā siltā laikā, uzģērbt īso sporta formu (īsās sporta bikses un sporta kreklus).
7. Meitenēm zem sporta biksēm nedrīkst būt zeķubikses.
8. Pēc pārgērbšanās, sakārtot savas personīgās mantas un atstāt ģērbtuvi.
8. Sporta stundai pārgērbušies skolēni zvanu uz stundu sagaida vestibulā pirms sporta zāles, netrokšņojot, nebojājot informācijas standus.
9. Noskanot zvanam uz stundu sporta skolotājas pavadībā skolēni dodas uz nodarbības vietu (sporta zāli vai sporta laukumu).

III. Noteikumi sporta stundā

1. Sporta stundā var piedalīties tikai sporta tērpā un tīros sporta apavos. Nevingrotāji - skolas formā un sporta apavos.
2. Ierindā nostājas visi skolēni – vingrotāji priekšā, nevingrotāji ar attiecīgām zīmēm no vecākiem vai ģimenes ārsta ierindas beigās auguma kārtībā. Pēc sasveicināšanās, skolēnu saraksta pārbaudes un uzdevumu saņemšanas, vingrotāji izpilda stundai izvirzītos uzdevumus, nevingrotāji drīkst vai nu apsēsties uz vingrošanas sola vai ķerties klāt pie viņiem dotajiem uzdevumiem.
3. Ņemot vērā sporta stundu specifiskos apstākļus – sporta zālē vienlaicīgi nodarbojas divas klases, tiek apmācīti dažādi sporta veidi, izmantots dažādu sporta inventārs u.t.t., jāievēro konkrētam sporta veidam nepieciešamie drošības tehnikas noteikumi, par ko iepriekš jāparakstās žurnālā.
4. Lietderīgi jāizmanto katra stundas minūte, nedrīkst nodarboties ar blakus lietām, liekām sarunām, jāseko līdzī notiekošajam, ar savu uzvedību neveicināt traumu rašanos sev un citiem.
5. Skolēns, kurš nav sagatavojies sporta stundai, t.i. ieradies bez sporta formas vai sporta apaviem, skolotājs klases žurnālā ieraksta atzīmi n/v (nav vērtējuma).
6. Nevingrotājiem pēc skolotājas norādījumiem jāveic šādi pienākumi:
 - jāiesaistās stundas darbā, palīdzot tiesāt, rakstīt, mērīt, skaitīt u.c.;
 - jāiesaistās referātu sagatavošanā par noteiktu sporta tēmu;
 - lai nerastos traumas sēžot uz vingrošanas sola, vērīgi jāseko līdzī stundas gaitai.

7. Nedrīkst atstāt nodarbības vietu bez skolotājas atļaujas, nedrīkst patvaļīgi aiziet no stundas.
8. Ieiet noliktavā, ņemt sporta inventāru drīkst tikai ar skolotājās atļauju.
9. Nodarbības vietā jāievēro tīrība – nedrīkst splaut uz grīdas, mētāt papīrus, apzīmēt, smērēt sienas, solus.

Ar uzvedības un kārtības noteikumiem sporta stundās skolēni ir iepazinušies, par to parakstījušies žurnālā un par noteikumu neievērošanu un no tā izrietošajām sekām nes pilntiesīgu atbildību.