**Poučení o bezpečnosti a chování na lyžařském výcvikovém kurzu ZŠ Slušovice**

**Termín: 16. – 21. ledna 2022, Ski Aréna karlov, Hotel Kamzík**

**Žáci byli seznámeni a poučeni:**

1. Chování a dodržování přepravních předpisů během cesty dopravními prostředky (zejména: nakládání a vykládání zavazadel, chování, konzumace nadměrného množství potravin a tekutin, včasné upozornění na nevolnost, pohyb po autobusu, udržování čistoty).
2. Způsob svázání a sbalení lyžařské výzbroje a zavazadel (svázání lyží i holí, doporučujeme obal na lyže, batohy a zavazadla, nebrat mnoho malých tašek).
3. Platby za kurz, ceny ubytování, skipasů, dopravy, kapesné (nebrat nepřiměřené finanční částky, vlastní odpovědnost za kapesné).
4. Na LVK je zakázáno brát cenné předměty, šperky a nepřiměřeně velké finanční částky. Žáci jsou zodpovědni za své kapesné, mobilní telefony, fotoaparáty, elektroniku, a jiné předměty, které si berou na LVK a nesouvisí přímo s programem kurzu.
5. Žáci se řídí programem kurzu, denním řádem, nařízeními vedoucího kurzu, vedoucího dne a instruktorů. Žáci také dodržují nařízení a pokyny provozovatele ubytovacího zařízení.
6. Dodržování řádu ubytovacího zařízení a požárních směrnic (s tímto řádem a směrnicemi budou podrobně seznámeni na místě pobytu dne 16. 1. 2022)
7. Zákaz manipulace s elektrickými spotřebiči (na kurz je zakázáno brát spotřebiče, které jsou z požárního hlediska rizikové – např. varné konvice, topné spirály), zacházení s otevřeným ohněm, šetření vodou, větrání, zavírání oken, zavírání, uzamykání pokojů (žáci budou opětovně a podrobně poučeni na místě pobytu dne 16. 1. 2022).
8. Zákaz bez svolení opouštět ubytovací zařízení a přijímat návštěvy. Zákaz opouštět pokoje po večerce.
9. Žáci se chovají tak, aby neohrozili zdraví svoje ani svých spolužáků či jiných osob. Žáci nepoužívají hrubých a vulgárních slov. Jsou ohleduplní ke spolužákům, nevyvolávají zbytečné konflikty a respektují osobnost spolužáka. Projevy šikanování mezi žáky jsou považovány za hrubé porušení školního řádu a řádu LVK.
10. Případnou ztrátu věcí ihned hlásí vedoucímu LVK nebo kterémukoli pedagogogovi.
11. Zákaz kouření (včetně elektronických cigaret), požívání alkoholických nápojů a jiných návykových látek. Zákaz požívání energetických nápojů nevhodných pro děti a mládež.
12. Dodržování pitného režimu. Zákaz pít vodu, která není označena jako pitná. Pitný režim bude zajištěn a oznámen na místě (16. 1. 2022).
13. Dodržování osobní hygieny a pořádku na pokojích i ve společných prostorech ubytovacího zařízení. Pravidelné mytí rukou, zejména po použití WC.
14. Dodržování hygienických pravidel dle vládních nařízení platných v době konání kurzu.
15. Žáci se při výcviku řídí pokyny instruktora.
16. Zákaz opouštět družstvo během výcviku. Pokud má žák vážné důvody k opuštění družstva, nahlásí toto svému instruktorovi a dohodne se na řešení situace.
17. Žáci jsou povinni se při výcviku řídit provozním řádem lyžařského areálu a dodržovat všechny předpisy a pokyny zaměstnanců a obsluhy lanovek a vleků (respektování lyžařského značení, správné nastupování, způsob jízdy a vystupování na dopravních zařízeních). Žáci respektují pokyny Horské služby.
18. Povinnost řídit se pravidly pro pohyb na sjezdovývh tratích (žáci budou seznámeni se 10 pravidly FIS pro chování na sjezdových tratích a dalšími pravidly pro lyžování na místě pobytu dne 16. 1. 2022).
19. Vlastní zodpovědnost za zakoupenou lyžařskou permanentku (zejména: poškození, ztráta, umístění karty při lyžování).
20. Povinnost seřízení bezpečnostního vázání (prohlášení rodičů), zapnutí všech přezek na lyžácích. Před odjezdem si vyzkoušet zapnutí lyžáků, upnutí do vázání, lyžařskou helmu (zapnutí), atd. Během výcviku jakoukoli závadu na výzbroji a výstroji ihned nahlásit instruktorovi.
21. Povinnost být správně a přiměřeně oblečen dle aktuálních povětrnostních podmínek a pokynů vedoucích a instruktorů (zejména prádlo, rukavice, čepice, kukly, a jiné doplňky).
22. Povinnost používat při výcviku lyžařskou přilbu (všichni) a další chrániče a ochranné prvky dle dohody s rodiči (např. páteřový chránič apod.).
23. Povinnost nahlásit instruktorovi, vedoucímu nebo zdravotníkovi kurzu každé (i drobné) zranění, nevolnost nebo jiný zdravotní problém (bolesti hlavy, průjem, bolest v krku, žaludeční obtíže, chvilkovou nevolnost, únavu, prochladnutí apod.).
24. Předcházení úrazům (zejména: únava, přeceňování vlastních sil, nepříznivé klimatické podmínky, dostatek spánku a odpočinku, dodržování pitného režimu, správné stravování, opatrnost při manipulaci s lyžemi - otáčení, včas nahlásit zebání rukou, nohou, obličeje, prochladnutí).
25. V případě vážného porušení řádu kurzu, vážném kázeňském přestupku nebo opakovaném nevhodném chování a nedodržování pokynů pedagogického dohledu bude žák vyloučen z kurzu a prostřednictvím rodičů (zák. zástupců) neprodleně zajištěn odvoz domů.
26. LVK je akce školy. Na žáky se vztahují všechna ustanovení školního řádu. V případě porušení školního řádu a nevhodného chování budou přestupky řešeny v rámci pedagogické rady.

Poučení provedeno dne 13. 12. 2021 v ZŠ Slušovice. Opakované poučení s upřesněním konkrétních pokynů k pobytu bude provedeno dne 16. 1. 2022 v místě ubytování (Hotel Kamzík).

Poučení provedl: Mgr. Marek Dlabaja (vedoucí kurzu)