

**Poučení o bezpečnosti a chování na lyžařském výcvikovém kurzu ZŠ Slušovice**  
**Termín: 14. – 19. ledna 2018, Zóna Snow Makov - Kasárna, Horský hotel FRAN**  
**Žáci byli seznámeni a poučeni:**

1. Chování a dodržování přepravních předpisů během cesty dopravními prostředky (zejména: nakládání a vykládání zavazadel, zákaz vyklánění z oken, otevírání dveří, hlučného chování, konzumace nadměrného množství potravin a tekutin, včasné upozornění na nevolnost, pohyb po autobusu, udržování čistoty).
2. Chování a dodržování pokynů pedagogického dohledu při přesunu na hotel a zpět.
3. Způsob svázání a sbalení lyžařské výzbroje a zavazadel (svázání lyží i holí, doporučujeme obal na lyže, batohy a zavazadla, nebrat mnoho malých tašek).
4. Kapesné, částka na lyžařskou permanentku (lyž. permanentka 45 €), přiměřené kapesné (možno v Kč i €), nebrat zbytečně velké finanční částky, peníze na permanentku uschovat na bezpečném místě a ihned po vyzvání je předat vedoucímu LVK.
5. Na LVK je zakázáno brát cenné předměty, šperky a nepřiměřeně velké finanční částky. Žáci jsou zodpovědní za své kapesné, mobilní telefony, fotoaparáty, elektroniku, a jiné předměty, které si berou na LVK a nesouvisí přímo s programem kurzu.
6. Žáci se řídí programem kurzu, denním řádem, nařízeními vedoucího kurzu, vedoucího dne a instruktorů. Žáci také dodržují nařízení a pokyny provozovatele ubytovacího zařízení.
7. Dodržování řádu ubytovacího zařízení a požárních směrnic (s tímto řádem a směrnicemi budou podrobně seznámeni na místě pobytu dne 14. 1. 2018)
8. Zákaz manipulace s elektrickými spotřebiči, zacházení s otevřeným ohněm, šetření vodou, přestavování nábytku (žáci budou opětovně a podrobně poučeni na místě pobytu dne 14. 1. 2018).
9. Zákaz bez svolení opouštět ubytovací zařízení a přijímat návštěvy.
10. LVK je akce školy. Na žáky se vztahují všechna ustanovení školního řádu. V případě porušení řádu a nevhodného chování budou přestupky řešeny po návratu do školy v rámci pedagogické rady.
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 (14. 1. 2018).
13. Dodržování osobní hygieny a pořádku na pokojích i ve společných prostorech ubytovacího zařízení. Pravidelné mytí rukou, zejména po použití WC.
14. Zákaz opouštět pokoje po večerce.
15. Zákaz opouštět družstvo během výcviku. Pokud má žák vážné důvody k opuštění družstva, nahlásí toto svému instruktorovi.
16. Žáci se při výcviku řídí pokyny instruktora.
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. Vlastní zodpovědnost za zakoupenou lyžařskou permanentku (zejména: poškození, ztráta, umístění karty při lyžování).
19. Povinnost seřízení bezpečnostního vázání, zapnutí všech přezek na lyžácích. Před odjezdem si vyzkoušet zapnutí lyžáků, upnutí do vázání, lyžařskou helmu (zapnutí), atd. Během kurzu jakoukoli závadu na výzbroji a výstroji ihned nahlásit instruktorovi.
20. Povinnost být správně a přiměřeně oblečen dle aktuálních povětrnostních podmínek a pokynů vedoucích a instruktorů (zejména prádlo, rukavice, čepice, kukly, a jiné doplňky).
21. Povinnost používat při výcviku lyžařskou přilbu.
22. Povinnost nahlásit instruktorovi, vedoucím nebo zdravotníkovi kurzu i sebemenší zranění, nevolnost nebo jiný zdravotní problém (bolesti hlavy, průjem, chvilkovou nevolnost, únavu, prochladnutí apod.).
23. Povinnost řídit se pravidly pro pohyb na sjezdových tratích (žáci budou seznámeni se 10 pravidly FIS pro chování na sjezdových tratích a dalšími pravidly pro lyžování na místě pobytu dne 14. 1. 2018).
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 prostřednictvím rodičů (zák. zástupců) neprodleně zajištěn odvoz domů.

Poučení provedeno dne 4. 1. 2018 v ZŠ Slušovice. Opakované poučení s upřesněním konkrétních pokynů k pobytu bude provedeno dne 14. 1. 2018 v místě ubytování (Horský hotel FRAN).

Poučení provedli: Mgr. Jan Nahodil, Mgr. Dagmar Ledabylová