
Testnevelés Házirend

Ez a házirend a testnevelés órák, a sportlétesítmények és a sportszerek rendeltetésszerű és biztonságos használatát szolgálja. Célja a fegyelmezett, balesetmentes és hatékony tanulási környezet megteremtése.

1. Általános Rendelkezők

- A testnevelés órákon való részvétel minden tanuló számára kötelező, kivéve az orvos által igazolt felmentés esetén.
 - Az órákról való hiányzást a házirendben foglaltak szerint igazolni kell.
 - A testnevelés órák célja az egészséges életmódra nevelés, a mozgáskoordináció fejlesztése és a sportágak megismerése.
 - A házirend megsértése fegyelmi eljárást vonhat maga után a hatályos jogszabályok és az intézményi SZMSZ (Szervezeti és Működési Szabályzat) alapján.
-

2. Öltözők Rendszere

- **Rend és tisztaság:** Az öltözőkben rendet és tisztaságot kell tartani. Minden tanuló felelős a saját és közvetlen környezetének rendjéért.
 - **Papírkosarak használata:** Szemetet kizárólag a kihelyezett papírkosarakba szabad dobni.
 - **Értéktárgyak:** Értéktárgyakért (mobiltelefon, ékszer, pénz stb.) az iskola nem vállal felelősséget. Lehetőség szerint ne hozzatok be értékeket az órára, vagy adjátok le azokat az óra elején a testnevelő tanárnak.
 - **Átöltözési idő:** Az átöltözésre kijelölt idő maximum 5 perc az óra előtt és 5 perc az óra után.
 - **Hangoskodás és rongálás:** Az öltözőkben tilos a hangoskodás, a verekedés, valamint az öltöző berendezéseinek szándékos rongálása. Rongálás esetén a kár megtérítése a rongáló feladata.
-

3. Órai Ruházat és Felszerelés

- **Kötelező viselet:** Minden testnevelés órán kötelező a megfelelő sportruházat viselése.
 - **Póló:** Fehér színű, rövid ujjú póló.
 - **Nadrág:** Sötét színű, rövid nadrág (tornanadrág, melegítő alsó, rövidnadrág).
 - **Lábbeli:** Sportcipő, ami megfelelő tartást biztosít a lábnak. Papucsban, szandálban, bakancsban és utcai cipőben tilos az órát látogatni.
 - **Hideg időjárás esetén:** Hűvös időben, külső helyszínen (sportpálya) tartott órák esetén a fenti színszabályok megtartásával hosszú ujjú felső és hosszú szárú melegítőnadrág viselete kötelező.
 - **Tisztaság:** A sportruházatnak tisztának és ápoltnak kell lennie.
 - **Ékszerek:** Biztonsági okokból óra alatt tilos ékszert (gyűrű, fülbevaló, nyaklánc) viselni. Hosszú hajat összefogva kell tartani.
-

4. Sportpályák és Létesítmények Használata

- **Engedélyezett használat:** A sportpályát, tornatermet kizárólag engedéllyel, a testnevelő tanár jelenlétében vagy felügyelete mellett szabad használni.
 - **Rendeltetésszerű használat:** A sportlétesítményeket csak a rendeltetésüknek megfelelően, a sportági szabályok betartásával szabad használni.
 - **Tisztaság:** Tilos étkezni és rágózni a sportlétesítmények területén.
 - **Károkozás:** A sportlétesítményekben okozott szándékos kárért a felelősség a tanulót terheli.
-

5. Órakezdés Előtti Gyülekező

- **Időben érkezés:** A tanulónak a testnevelés óra előtt legalább 5 perccel az órarendben kijelölt gyülekezőhelyen (pl. tornaterem előtt, öltöző előtt, udvaron) fel kell sorakozniuk, a tanári utasításoknak megfelelően.
 - **Felkészülés:** Az órára való érkezéskor már átöltözve, sportfelszerelésben, készenlétben kell állni.
 - **Hiányzók jelentése:** A sorakozó alkalmával a testnevelő tanárnak jelenteni kell a hiányzókat vagy azokat a tanulókat, akik bármilyen okból nem tudnak részt venni az órán.
-

6. Sportszerek Használata

- **Engedélyezett használat:** Sportszereket kizárólag a testnevelő tanár engedélyével és felügyelete mellett szabad használni.
 - **Rendeltetésszerű használat:** A sportszereket rendeltetésüknek megfelelően, óvatosan kell kezelni. Tilos a sportszerekkel felelőtlenül játszani, dobálni vagy egymást veszélyeztetni velük.
 - **Károkozás:** A sportszerekben okozott szándékos kárért a felelősség a tanulót terheli.
-

7. Sztartából Való Ki- és Bepakolás

- **Tanári felügyelet:** A sztartába belépni és onnan sportszereket kivenni vagy visszatenni kizárólag a testnevelő tanár utasítására és felügyelete mellett szabad.
 - **Rendszerezés:** A sportszereket használat után a kijelölt helyre, rendezetten kell visszahelyezni.
 - **Leltár:** A kiadott sportszerek leltárát a testnevelő tanár vezeti. Eltérés vagy hiány esetén a felelősség a sportszereket utoljára használó csoportot terheli.
 - **Tisztaság:** A sztartában is rendet és tisztaságot kell tartani.
-

8. Egészség és Biztonság

- **Balesetek:** Baleset vagy sérülés esetén azonnal értesíteni kell a testnevelő tanárt.
 - **Orvosi igazolás:** Tartós betegség vagy sérülés esetén orvosi igazolást kell bemutatni a testnevelő tanárnak, melyben szerepel a mozgáskorlátozás mértéke és időtartama.
 - **Veszélyhelyzet:** Veszélyhelyzet esetén (pl. vihar, tűzriasztás) a testnevelő tanár utasításait pontosan be kell tartani.
-