

DOEL VAN HET REGLEMENT

- . Het opmaken van een reglementering specifiek voor de lessen LO als aanvulling op het bestaande schoolreglement.
- . Bekomen van een goede onderlinge verstandhouding
- . Bevorderen van de hygiëne
- . Veilig en vlot werken

1. VERZAMELEN VOOR DE LES

Bij lessen die plaatsvinden na een speeltijd zijn de leerlingen voor het tweede belsignaal in de rij. Leerlingen die te laat toekomen worden naar het secretariaat gestuurd om een stempel 'te laat'. Na het tweede belsignaal of tijdens de mededelingen is iedereen stil. Klassen die het verzuimen om te zwijgen of op een ordelijke manier in de rij te staan, blijven gewoon staan tot alle klassen vertrokken zijn. Als de leerlingen van een andere les komen verzamelen ze op V 015, ze blijven in elk geval boven op de speelplaats wachten tot hun leraar hen oppikt. Leerlingen die tijdens het eerste of vijfde lesuur te laat aanwezig zijn in de les, dus na het tweede belsignaal pas toekomen moeten zonder uitzondering eerst langs het secretariaat te gaan voor een stempel. De verplaatsing naar en van de sportzaal of het balkon gebeurt eveneens in stilte. Kleedkamer 4 is voorbehouden voor de meisjes.

2. AFWEZIGHEDEN TIJDENS DE LES

MEDISCH ATTEST VOOR DE LESSEN
LICHAMELIJKE OPVOEDING EN SPORT
ACTIVITEITEN OP SCHOOL

Ondergetekende, dokter in de geneeskunde,
verklaart heden persoonlijk te hebben
ondervraagd en onderzocht (naam & voornaam)

en te hebben bevonden dat hij/zij om medische
redenen niet kan deelnemen

aan een of meerdere onderdelen van het vak
Lichamelijke opvoeding:

aankruisen wat niet mag
 (*) zo nodig schrappen wat wel mag

oefeningen met belasting van
 rechter hand, pols, elleboog, schouder (*) linker
hand, pols, elleboog, schouder (*)
 rechter voet, enkel, knie, heup (*)
 linker voet, enkel, knie, heup (*)
 hals, rug (*)
 buik, romp (*)
 alle oefeningen behalve zwemmen
 zwemmen
 andere beperkingen:

Aanbevelingen t.a.v. de leerkracht L.O.:

—

Datum:

Handtekening en stempel:

Lichamelijke Opvoeding is een vak van de basisvorming en als zodanig verplicht voor elke leerling. Leerlingen die niet deelnemen aan de les dienen een geldig doktersattest voor te leggen bij hun leerkracht zowel als op het secretariaat. Leerlingen met een 'gedetailleerd medisch attest voor de lessen Lichamelijke Opvoeding en sportactiviteiten op school' kunnen deelnemen aan aangepaste activiteiten en/of ingeschakeld worden bij bepaalde opdrachten. Een gedetailleerd medisch attest laat immers deelname aan de les LO toe, zij het in beperkte mate. Deze leerlingen moeten uiteraard ook LO-kledij dragen. De attesten dienen bij voorkeur in het Nederlands opgesteld te zijn. Leerlingen die om medische redenen niet kunnen deelnemen aan de les Lichamelijke Opvoeding, kunnen een vervangtaak krijgen. Deze vervangtaak wordt geëvalueerd op haar kwaliteit. Bij twijfel omtrent de inhoud van het medisch attest kan de school contact opnemen met het CLB.

3. KLEDIJ

Leerlingen hebben een aparte T-shirt (wit) en short / trainingsbroek (donkere kleur) mee evenals afzonderlijke sportschoenen die de zaal niet bevuilden. Leerlingen die zich aanbieden in hun gewone kledij worden beschouwd als zijnde niet in orde en krijgen een nota of opmerking. Als ze toch wensen mee te doen krijgen ze wel kledij van de leerkracht zodat ze kunnen meesporten. Bij lessen die buiten plaatsvinden kunnen leerlingen een sjaal, handschoenen of een muts dragen, zeker in de wintermaanden.

Een lange broek (trainingsbroek) is dan ook een mogelijkheid. Bij lessen die in de ping pong ruimte plaatsvinden, dragen de leerlingen ook sportkledij. In de zomermaanden houden leerlingen ook hun T-shirt aan gedurende de les, om het even hoe warm het is.

4. DEODORANTS

Er worden geen deodorants toegelaten in de sportzaal. We bedoelen hier het hele gebouw mee, zowel kleedkamer, gangen als op het balkon. Rollers kunnen eventueel wel gebruikt worden. Leerlingen kunnen zich eventueel buiten wel verfrissen. Leerlingen die zich niet houden aan deze afspraak krijgen een verwittiging in de agenda en vervolgens wordt hun deodorant afgenomen.

5. GSM / MP3 GEBRUIK / JUWELEN/ UURWERKEN

Deze horen net als alle andere kostbare zaken thuis in het kluisje. Voor aanvang van de les krijgen de leerlingen de kans om hun kostbare spullen weg te bergen in een kluisje dat zich in elke kleedkamer bevindt. De reden is: diefstal of beschadiging voorkomen. Tijdens de les worden de kleedkamers afgesloten.

Tijdens de lessen is het gebruik van mp3 of gsm ten strengste verboden. Leerlingen die betrapt worden, moeten hun gsm / mp3 afgeven. Dit geldt ook voor leerlingen die niet deelnemen aan de les. **Nog beter: Laat waardevolle voorwerpen thuis!**

6. EHBO EN HYGIËNE

Elke kwetsuur, hoe klein ook, moet worden verzorgd om infectie te voorkomen. Verwittig steeds je leraar. Ernstige kwetsuren worden behandeld op het secretariaat. In dit geval wordt de leerling begeleid door een leerkracht of door een medeleerling die door de verantwoordelijke leerkracht is aangeduid. Draag zorg voor het EHBO materiaal dat in de sportzaal aanwezig is en gebruik dit enkel voor het doel waarvoor het bestemd is. Bedenk dat ook jij het eens kunt nodig hebben.

In de eerste graad worden de leerlingen aangeleerd om op specifieke tijdstippen hun kledij te wassen en hun lichaamshygiëne te verzorgen. In de andere graden wordt dit ook verder aangemoedigd.

We rekenen erop dat je je turnkledij wekelijks laat wassen en dat je voldoende aandacht besteedt aan je lichaamshygiëne.

Het sanitair is gesloten. Tijdens en tussen de lessen kan een leerling naar het toilet mits toestemming van de leerkracht die hem/haar de sleutel meegeeft.

Na de les kan in de kleedkamer iets gedronken worden of iets gegeten om de verbruikte energie aan te vullen. Dit echter met het oog voor gezonde voeding.

7. TAALGEBRUIK

In het Don Bosco Instituut is het Nederlands de voertaal. Het is dan ook logisch dat geen enkele andere taal dan het Nederlands aanvaardbaar is tijdens de lessen L.O.

8. RESPECT VOOR HET SPORTMATERIAAL

. Op vraag van de leerkracht wordt het materiaal weggeborgen op de daartoe bestemde plaatsen.
. Men hangt - noch buiten noch binnen - aan basketbalringen of doelen.

9. BRANDPREVENTIE EN OPTREDEN BIJ BRAND

. Volg de instructies van personeelsleden op in noodgevallen.
. Eerbiedig de inspanningen die de school doet om ervoor te zorgen dat er veilig gesport kan worden. Denk er aan dat ze ook nodig kunnen zijn om je eigen veiligheid te verzekeren.

Ondertekende, ouder van _____ (naam leerling)

van de klas _____ heeft kennis genomen van de afspraken voor de lessen

Lichamelijke Opvoeding voor het schooljaar 2010-2011. (De leerlingen geven dit strookje af aan hun leraar L.O.)