



# Säkerhetsföreskrifter - Idrott & Hälsa

## Katedralskolan

### Till elever och vårdnadshavare

Enligt ämnesplanen för Idrott & Hälsa krävs det att alla elever visar hänsyn till sin egen och andras säkerhet i samband aktiviteterna som är aktuella för kursen. Det är för din och dina kamraters säkerhet och trivsel som säkerhetsföreskrifterna gäller.

### Allmänt

- Följ instruktioner noggrant. Även mycket enkla övningar kan medföra risker.
- Använd alltid för verksamheten lämplig utrustning, exempelvis klädombyte och inomhusskor.
- Alla hjälps åt att gemensamt ta fram och ställa undan redskap under idrottslektion på ett säkert sätt utefter angivna instruktioner.
- Vid användande av skolans idrottslokaler på egen hand måste lokalen återställas till ursprungligt skick.
- Skolans gym får endast nyttjas efter genomgång av idrottslärare.
- Ytterkläder, väskor och värdesaker placeras på den plats läraren har angivit.
- Vid olyckstillbud – meddela genast lärare eller annan personal/vuxen på plats. Vid behov ring 112.
- Det är elevens ansvar att meddela ansvarig idrottslärare om det finns någon sjukdomsbild eller skada som kan påverka risken för olyckor under idrottslektionen.
- Idrottshall får endast användas i samförstånd med idrottslärare.
- Användande i skolans idrottslokaler (gym, danslokal och idrottshall) utan tillsyn av lärare sker på egen risk.

### Aktiviteter förlagda utanför skolan

- Det är elevens ansvar att på ett säkert sätt transportera sig till hänvisad plats.
- Det är elevens ansvar att själv ta med nödvändig medicin eller liknande vid eventuella besvär (exempelvis pollenallergi, nötallergi, med mera) samt instruktioner till läraren om hur man hanterar en akutsituation under en utomhusaktivitet.
- För övrigt gäller allmänna regler.

### Simning

- Om du är inte är simkunnig så meddela din idrottslärare snarast möjligt. Simkunnig är den som kan simma 200 m valfritt simsätt på djupt vatten utan att stanna.
- Elever får inte lov att vistas i vatten innan eller efter lektion. Vidare får ingen vistas i vatten utan idrottslärares tillsyn.
- För övrigt gäller allmänna regler.

### Är eleven simkunnig (se ovan för definition av simkunnighet)? (Markera rätt svar nedan)

Ja

Nej

### Har eleven någon sjukdomsbild som kan påverka elevens deltagande i ämnet, eller har eleven någon medicin som behöver tas med vid idrottsutövande (exempelvis astmamedicin)? (Markera rätt svar nedan)

Ja

Nej

Vi har läst *Säkerhetsföreskrifterna* och förstått dess innebörd (undertecknas av både elev och vårdnadshavare)

**Klass**

**Underskrift elev**

**Namnförtydligande elev**

**Underskrift vårdnadshavare**

**Namnförtydligande vårdnadshavare**

**Blanketten lämnas till mentor första skoldagen**