



ȘCOALA /LICEUL/COLEGIUL _____

PROFESOR. _____

AN ȘCOLAR _____

PROCES-VERBAL

Încheiat astăzi _____ între prof. _____ și elevii clasei _____ cu ocazia prelucrării și luării la cunoștință a „Regulilor de protecție a muncii și de prevenire a accidentelor la orele de educație fizică și activități sportive” precum și în urma „Măsurilor sanitare și de protecție privind activitatea de educație fizică și sport - în perioada de pandemie (COVID-19)”

În conformitate cu:

- Legea educației naționale nr. 1/2011, cu modificările și completările ulterioare;
 - Legea nr. 319 din 2006 privind protecția și securitatea muncii;
 - Ordinul nr. 3462/2012 privind aprobarea Metodologiei organizării și desfășurării activităților de educație fizică și sport în învățământul preuniversitar;
 - Ordinul comun M.E. nr. 5.196/03.09.2021 și M.S. nr. 1.756/03.09.2021
 - Ordinul comun M.E. nr. 4.639/12.08.2021 și M.S. nr. 438/30.03.2021
 - Normele tehnice privind controlul medical al sportivilor publicate în Monitorul Oficial nr. 327 / 14.05.2003, elevii își vor desfășura activitatea de educație fizică și sportivă organizată, respectând OBLIGATORIU următoarele reguli:
- 1) Pentru anul școlar 2021 – 2022 prezentarea avizului medical cu specificația „apt pentru efort fizic” sau „clinic sanatos” – nu mai trebuie adus;
 - 2) Elevii inapți medical vor prezenta profesorului la începutul cursurilor adeverința medicală pentru luarea în evidență; ei vor fi obligatoriu prezenți la ore (cu încălțări adecvate pentru sală) și pot lucra, în funcție de afecțiuni, în mod individualizat, sau li se repartizează efectuarea unor teme cu caracter teoretic și/sau organizatoric (înregistrarea rezultatelor la probe, arbitraj, transportul unor materiale sportive etc);
 - 3) Scutirile medicale de educație fizică nu pot fi eliberate retroactiv, ele fiind valabile din ziua acordării lor;
 - 4) Elevii inapți ocazional vor anunța profesorul care va decide modalitatea de rezolvare a situației;
 - 5) Participarea la lecții și competiții sportive se face numai în echipament corespunzător, adaptat condițiilor de vreme și locului (în sală numai cu încălțări foarte curate);
 - 6) Elevul va informa profesorul dacă în timpul lecției suferă accidente sau se află în dificultate să continue efortul;
 - 7) Elevii vor lucra numai exercițiile indicate de profesor, vor respecta cu strictețe comenzile și indicațiile acestuia, astfel încât să se autoprotejeze și să nu pună în pericol pe ceilalți colegi;
 - 8) Elevii vor fi atenți la modul de deplasare în timpul exersării (vor păstra distanța dintre ei și vor avea șireturile permanent legate);
 - 9) Se interzice purtarea unor accesorii (ceas, brățări, inele, cercei mari, lănțișoare), unghii mari și neîngrijite, mestecatul de gumă, folosirea telefonului mobil, jocurilor electronice, aparatelor foto sau camere video;
 - 10) Este strict interzis: fotografierea, filmarea, înregistrarea activității fără acordul profesorului;
 - 11) Vor aduce la cunoștința cadrului didactic dacă observă că instalațiile, aparatele și materialele sportive nu prezintă siguranță și pot produce accidente;
 - 12) Este interzisă participarea la ore /activități sportive sub influența alcoolului / drogurilor etc;
 - 13) Pentru exercițiile de gimnastică și atletism (aruncări) elevii vor respecta cu strictețe lucrul numai la comandă ;



ȘCOALA /LICEUL/COLEGIUL _____
PROFESOR. _____
AN ȘCOLAR _____

- 14) Agățarea și balansarea la porțile de jocuri sportive / panouri de baschet sunt strict interzise; încărcătura cu greutatea la aparatele de forță se face numai cu consultarea cadrului didactic;
- 15) Este interzisă intervenția elevilor la comutatoare, prize, tablouri electrice, calorifere și instalațiilor de apă;
- 16) Fără consimțământul cadrului didactic elevii nu vor părăsi niciodată spațiul de lucru;
- 17) După eforturi prelungite sau intense elevii nu au voie să bea apă rece; le este permisă rehidratarea în timpul orei cu apă plată/ ceai/ sucuri naturale pregătite de acasă;
- 18) În cazul deplasării la alte baze sportive, se respectă strict programul comun și regulile de circulație;
- 19) Se interzice învoirea de la ore pentru rezolvare unor probleme personale (excepții pentru cazuri bine motivate);
- 20) Elevii vor manifesta grijă pentru păstrarea curățeniei în sala de sport și pe baza sportivă;
- 21) Elevii vor proteja mobilierul din vestiare, nu vor deteriora aparatele, instalațiile sportive și mingile; stricăciunile se recuperează de la cel în cauză sau, dacă nu este depistat, de la toți elevii clasei;
- 22) Expectorarea fluidelor (suierea) este interzisă cu desăvârșire în sală / bază sportivă;
- 23) Elevul este obligat să cunoască configurația sălii și să știe să se orienteze spre ușile de evacuare în situații deosebite (incendii/cutrenumre);
- 24) Igiena personală în timpul orei și imediat după terminarea acesteia este o măsură elementară de educație și de sănătate și trebuie rezolvată de fiecare elev (trusă personală: prosop, săpun, deodorant);
- 25) Fiecare elev are obligativitatea să efectueze periodic controlul medical și să comunice profesorului rezultatul;
- 26) Instruiesc elevii să nu interacționeze fizic unii cu alții (nu se vor îmbrățișa, nu își vor atinge reciproc mâinile și nu vor sta aproape unul de celălalt);
- 27) Elevii vor fi instruiți, ca pe parcursul activităților didactice să nu își atingă fața, gura, ochii, nasul cu mâinile neigenizate;
- 28) La începutul și finalul orelor de educație fizică și sport, toți elevii trebuie să efectueze igiena mâinilor cu un dezinfectant pe bază de alcool;
- 29) Este permisă desfășurarea orelor de educație fizică în săli de sport/spații interioare, fără obligativitatea purtării măștii de protecție, în condițiile în care rata de incidență cumulată în ultimele 14 zile a cazurilor din localitate este mai mică de 2/1.000 de locuitori. La o rată de incidență mai mare de 2/1.000 de locuitori, orele de educație fizică se pot desfășura doar în spații deschise, fără obligativitatea purtării măștii de protecție; Nu vor utiliza materiale sportive care să fie manevrate de toți elevii (sau manevrarea va fi efectuată doar de cadrul didactic) în caz contrar va fi asigurată în mod regulat o dezinfecție adaptată;
- 30) Orele de educație fizică și sport efectuate în sala de sport trebuie limitate la activități sportive care nu presupune efort mediu/intens cu asigurarea obligatorie a distanțării fizice de minimum 1 metru;
- 31) Se va efectua dezinfectarea materialelor didactice folosite cu soluții avizate după fiecare grupă de elevi;
- 32) La finalul orelor de educație fizică, toți elevii trebuie să se spele pe mâini cu apă și săpun timp de 20 secunde. Dacă nu este posibilă spălarea mâinilor este necesar să se efectueze igiena mâinilor cu un antiseptic pe bază de alcool. Se va efectua curățenia, dezinfecția cu soluții avizate și aerisirea sălii de sport după fiecare grupă de elevi.

ÎN CAZ DE NERESPECTARE A REGULILOR, ELEVII POT FI SANȚIONAȚI CONFORM
PREVEDERILOR DIN REGULAMENTUL ȘCOLAR.

Notă: La prezentul proces-verbal, se anexează listele nominale pe clase cu semnăturile de luare la cunoștință.



ȘCOALA /LICEUL/COLEGIUL _____

PROFESOR. _____

AN ȘCOLAR _____

PROCES-VERBAL

Încheiat astăzi _____ între prof. _____ și elevii clasei, _____ cu ocazia prelucrării și luării la cunoștință a „Regulilor de protecție a muncii și de prevenire a accidentelor la orele de educație fizică efectuate ONLINE în casă” - în perioada de pandemie (COVID-19)”

- **PARTICIPAREA FIZICĂ** la orele de educație fizică și sport este **CONDIȚIONATĂ** de prezentarea avizului medical „CLINIC SANATOS” sau „APT PENTRU EFORT FIZIC ÎN ANUL ȘCOLAR 2021-2022” la orele de educație fizică și sport;
- **Elevii inapți total**, scutiți medical de la orele sau lecțiile de educație fizică și sport, **au obligația de a fi prezenți** la acestea în ținuta vestimentară pe care o doresc, dacă lipsesc absențele lor de la aceste ore se consemnează în catalog și generează efectele prevăzute de legislația în vigoare;
- Elevii inapți medical vor prezenta profesorului la începutul cursurilor adeverința medicală pentru luarea în evidență; ei vor fi obligatoriu prezenți la ore (cu încălziri adecvate pentru sală) și pot lucra, în funcție de afecțiuni, în mod individualizat, sau li se repartizează efectuarea unor teme cu caracter teoretic și/sau organizatoric (înregistrarea rezultatelor la probe, arbitraj, transportul unor materiale sportive etc);
- Participarea la lecțiile de educație fizică se face în echipament sportiv adecvat condițiilor de lucru (din casă sau de afară), cu camera aerisită și **CU CAMERA VIDEO PORNITĂ**.
- Elevii participanți la lecții trebuie să informeze profesorul despre starea de sănătate. Efectuarea exercițiilor fizice este permisă persoanelor sănătoase, care nu au contraindicații medicale privind efectuarea de exerciții fizice și susținerea efortului fizic;
- Orice problemă medicală care interzice efectuarea exercițiilor fizice trebuie motivată și adusă la cunoștință profesorului;
- Elevii care au recomandări medicale pentru anumite afecțiuni trebuie să informeze profesorul și pot executa exercițiile medicale recomandate, cu respectarea măsurilor de protecție a muncii, menționate în prezentele norme. În cazul în care sunt elevi care au contraindicații cu privire la anumite exerciții și tipuri de efort, trebuie să aducă la cunoștință profesorului;
- Dacă pe parcursul lecției apar accidentări, stare de rău, amețeală, se întrerupe imediat efortul și se informează cât mai repede un membru al familiei și profesorul;
- Este recomandat ca încăperea să fie aerisită și să aveți în preajmă un prosop;
- Elevii participanți la lecții trebuie să aibă pregătit un spațiu adecvat, de cel puțin 2 m², fără obiecte în zona respectivă (mobilier, instalații electrice, de iluminat, cabluri, etc.);
- Atenție la corpurile de iluminat! Elevii trebuie să se asigure că nu le ating! Dacă nu se poate asigura un alt spațiu de lucru, elevii **nu** vor face nici un exercițiu (sărituri, ridicări de brațe, etc) care poate duce la lovirea acestora;
- Suprafața de lucru trebuie să fie stabilă, plană și nealunecoasă;



ȘCOALA /LICEUL/COLEGIUL _____

PROFESOR. _____

AN ȘCOLAR _____

- Nu se vor executa **niciodată** sărituri, variații de pași sau alte mișcări care pot duce la loviri, **dacă suprafața de lucru este alunecoasă**;
- Lucrul în poziția așezat sau culcat se face cu asigurarea unei suprafețe adecvate (saltea de izopren, perne de scaun, pătură, covor moale, etc.) care să împiedice rănirea corpului. Executarea exercițiilor trebuie întreruptă imediat dacă apar dureri la nivelul tegumentelor sau dureri osoase;
- Atenție la exercițiile din poziția culcat! Elevii trebuie să se asigure că **nu se lovesc** cu capul sau picioarele de obiectele din casă;
- Elevii vor lucra numai exercițiile indicate de profesor, vor respecta cu strictețe comenzile și indicațiile acestuia, astfel încât să nu se accidenteze **NU AU VOIE** să improvizeze alte mișcări. Cei care doresc să execute exerciții diferite trebuie să informeze profesorul și să aibă acordul acestuia;
- Orice nelămurire cu privire la exercițiile recomandate de profesor trebuie adusă la cunoștință acestuia! Întrebați întotdeauna când aveți neclarități!
- Este interzis consumul de alimente și băuturi în timpul desfășurării lecției;
- Este **interzisă filmarea și fotografierea activității de la ore!** Acest lucru este permis doar cu acordul profesorului care conduce lecția, a părinților și elevilor participanți!
- **ESTE INTERZISĂ ieșirea din întâlnire fără acordul profesorului.** În cazul în care aveți probleme de ordin tehnic cu privire la conectare sau participare la lecție cu camera deschisă, informați profesorul, învățătorul sau dirigintele în cel mai scurt timp despre situația ivită;
- La finalul orelor de educație fizică, toți elevii trebuie să se spele pe mâini cu apă și săpun timp de 20 secunde;

ÎN CAZ DE NERESPECTARE A REGULILOR, ELEVII POT FI SANȚIONAȚI
CONFORM PREVEDERILOR DIN REGULAMENTUL ȘCOLAR.

Notă: La prezentul proces-verbal, se anexează listele nominale pe clase cu semnăturile de
luare la cunoștință



ȘCOALA /LICEUL/COLEGIUL _____
PROFESOR. _____
AN ȘCOLAR _____

TABEL NOMINAL

Cuprinzând elevii clasei _____ care au luat la cunoștință de prevederile procesului – verbal de protecția muncii pe **SEMESTRUL I**, prelucrat în fața clasei la data de _____

Nr. crt.	NUMELE ȘI PRENUMELE	Semnătura elevului	DATA
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			
20.			
21.			
22.			
23.			
24.			
25.			



ȘCOALA /LICEUL/COLEGIUL _____

PROFESOR. _____

AN ȘCOLAR _____

TABEL NOMINAL
CU EVIDENȚA SCUTIȚILOR MEDICALI PE ANUL ȘCOLAR _____

NR. CRT.	NUMELE ȘI PRENUMELE	DE CE SUFERĂ	CINE A ELIBERAT ADEVERINȚA	NR.ADV./DATA
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				