

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

INFORMACE
O DODRŽOVÁNÍ BEZPEČNOSTI PŘI PRAKTICKÉ VÝUCE V RÁMCI
KURZU OSOBNÍ A KONDIČNÍ TRENÉR PRO POTŘEBY SPORTOVNÍCH KLUBŮ 2023

Z důvodu dodržování bezpečnosti v průběhu praktické výuky kurzu Osobní a kondiční trenér pro potřeby sportovních klubů 2023 seznámí garant kurzu frekventanty při úvodní lekci kurzu s následujícími body:

A) Bezpečnostní pravidla

- 1) Seznámení s harmonogramem a programem výuky:
 - a) s dodržováním zahájení jednotlivých lekcí,
 - b) s možnostmi absence (omluvená, neomluvená) na jednotlivých lekcích a možnostmi nahrazení zameškané lekce (z důvodu zaměstnání a dalších pracovních aktivit, rodinných důvodů, osobních důvodů, reprezentace ČR, aj.),
 - c) se zapojením necvičících frekventantů kurzu (omluvená přítomnost) v průběhu vyučovací lekce.
- 2) Seznámení s požadavky na:
 - a) sportovní oblečení na praktickou část (odpovídající počasí a klimatickým podmínkám, základním hygienickým zásadám),
 - b) na vhodnou obuv (sportovní obuv).
- 3) Seznámení s dodržováním bezpečnosti při praktických lekcích:
 - a) provádění zadaných úkolů na povel garanta kurzu nebo lektora,
 - b) neodebírání náčiní bez souhlasu lektora,
 - c) nemanipulování s náčiním bez odborného dohledu lektora,
 - d) v případě úrazu okamžité nahlášení v průběhu praktické lekce nebo na konci praktické lekce, ve které se úraz stal,
 - e) poskytování předlékařské první pomoci (popřípadě další postupy při transportu k lékaři).

B) Technicko bezpečnostní pravidla

- 1) **Mít zabezpečena** technická zařízení pro praktickou výuku tak, aby odpovídala poslední pravidelné kontrole provedené bezpečnostním technikem UK FTVS.
- 2) **Neumožnit vstup do prostor praktické výuky studentům a jiným osobám**, kteří nejsou přímými účastníky kurzu.
- 3) **Lektoři by měli průběžně (nepravidelně) provádět** před zahájením praktické lekce **kontrolu** stavu zařízení a náčiní i náradí. V případě vážných nenapravitelných závad, ohrožujících bezpečnost, zvážit možnost výuku v určených prostorách neuskutečnit a zvolit jinou alternativu výuky.
- 4) **Upozornit necvičící frekventanty**, aby **věnovali maximální pozornost** vnějším nepředvídatelným pohybům pomůcek, popřípadě cvičebního náčiní (let náčiní, dopad náčiní, apod.).

V případě nedodržení výše uvedených bodů **ukládají** pravidla lektorovi **přerušit danou praktickou lekci** až do sjednání nápravy.

V Praze, 24. února 2023

Aleš Kaplan,
garant kurzu Osobní a kondiční trenér
pro potřeby sportovních klubů 2023