**IZVEDBENI NAČRT ZA FITNES MEGACENTER DNE 19.10.2023**

1.. Učitelji se zberemo v zbornici oziroma na mestu zbora vsaj 15 minut prej, kjer pred pričetkom še enkrat pregledamo sezname, navodila, mape, varnostni načrt, izvedbeni načrt, nato skupaj odidemo na zborno mesto.

**2.. Zbor za dijake je ob 7.30 pri vhodu v fitnes (Savska cesta 34, Kranj), dijaki pridejo na zborno mesto sami, razen kdor želi spremstvo od šole do fitnesa (javi vodji do 12 ure do torka dne 17.10.2023). Čakajte varno ob vhodu (ne na vozišču ali parkirišču), v primeru dežja ste lahko na notranjem pokritem parkirišču izven vozišča ob steni). Spremljevalci označijo prisotne ter sezname zadržijo za vmesno ter končno kontrolo prisotnosti. Izvajalec pove hišni red, razdeli dijakom kartice za garderobe ter odpelje dijake v stavbo. Pred pričetkom vadeče ogreje in preveri sposobnosti (oboleli , poškodovani, alergije, astme, …).**

**3.. Izvajalec je odgovoren za vadeče od prevzema vadečih v sprejemnici objekta, do oddaje vadečih učiteljem spremljevalcem ob koncu vadbe v sprejemnici objekta. Izvajalec je v pisni ponudbi izjavil, da ima ustrezna zavarovanja objekta in odgovornosti. Malico dostavi šola, ki jo spremljevalec razdeli po dogovoru z vodjo(pred, vmes ali po vadbi; glede na dogajanje). Po vadbi se vsi vrnemo na to isto zborno mesto v sprejemnici fitnesa, kjer se dejavnost konča. Dijaki odidejo brez spremstva po navodilih za pot do avtobusne postaje oziroma domov.**

(Dijaki lahko oddajo prošnjo staršev za kasnejši prihod/predčasen odhod en dan pred odhodom oz. do 8 ure zjutraj, stroške prevoza plačajo tudi če je odobreno. Odobri oz. zavrne razrednik oz. vodja (upošteva se želeno mesto, zrelost dijaka, varnost, poznavanje poti, kdo ga bo prevzel). O odobritvi obvesti še isti dan oz. najkasneje dan pred odhodom do 14. Ure starše in razrednika/vodjo, odgovornost za dijake pa nosijo/prevzamejo starši)

**4. Ukrepi med izvajanjem aktivnosti:**

Ob vstopu dobijo zapestnice (karte, ključke od omaric…), kljukico, nato pa se razporedijo **vaditeljem (dobijo sezname, kjer označijo katere dijake imajo v svoji skupini, so zanje odgovorni in jih ob koncu pospremijo do izstopa-senzorja zapestnic, kjer jih prevzamejo spremljevalci),** jih upoštevajo ter delajo po navodilih, v začetni skupini in po postajah (tri vadbene postaje, spining, body pump, aero,, ipd). Dobiti morajo 3 znake.

**Slabši dijaki gredo lahko v eno skupino, vaditelji morajo preveriti znanje ob začetku, obolenja, bolezni, poškodbe, alergije, astme, strahove/fobije, itd. Vadba od 8.00 do 11.00 ure, štiri postaje, na eni postaji 50 minut ter 10 minutni odmor. Po končani vadbi raztezanje, urejanje, kljukica pri spremljevalcu ter odhod.**

Vodja in vodja izvajalec skrbi za varnost vseh in usklajuje dejavnosti z vsemi. Spremljevalec ter vaditelj izvaja vse naloge tudi če je sam aktiven. Vsi se morajo ravnati po urniku in sprotnih navodilih in ne zapuščajo skupine. V primeru fizioloških potreb vsi počakajo v neposredni bližini, da se ob dogovorjenem času vrne. Tudi ob daljših potovanjih upoštevati urnik, ne zapuščati skupine in stavbe oz. prostora kjer si (dijak).

**5. Ukrepi v primeru nezgode ter zapletov:** V kolikor je pride do nezgode, poškodbe ali nenadnega obolenja, ali je kaj narobe, takoj obvestijo sošolca oz. prvega prisotnega, ta drugega, ki gre po pomoč oziroma obvesti odrasle (prvega v bližini, vodjo športnega dne, upravljalca, vaditelj, bližnji odrasli, itd.). En ali več sošolcev ostane z pomoči potrebnim. V primeru nezgode obvestiti upravljalca Megacenter 042020800, vodjo Andrej Tomin 041989387, referat šole 042804000, ki obvesti starše. V nujnih primerih direktno prvo pomoč (113, gorsko reševalno, oz. rešilce, …).

**6. Ukrepi v primeru kršitev:** V kolikor oseba krši zgornja pravila stori hujšo kršitev (po šolskih aktih, …). Če krši dijak mora spremljevalec nemudoma po končani izvedbi obvestiti razrednika (zadolženega učitelja) in vodstvo šole, ter napisati zabeležko (kdo, kaj je storil in kako, kdaj, kje, opis škode, …).

**7. Seznanitev z varnostnim načrtom: spremljevalci, dijaki in izvajalci dan pred izvedbo**