

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа № 26
с углубленным изучением иностранных языков
г. Владивостока»

Утверждаю:
Директор
Ульяницкая

Т.Н.
1 сентября 2021г.

Согласовано:

Протокол педсовета № 1 от 30.08.2021г.



Инструкция по охране труда
«Вводный инструктаж
по безопасности жизнедеятельности для обучающихся
во время проведения занятий по физической культуре»

№ ИОТ 21 – 20

г. Владивосток
2021г.

**Вводный инструктаж
по безопасности жизнедеятельности для обучающихся
во время проведения занятий по физической культуре**

1. Общие положения.

- 1.1. Данная инструкция разработана для обучающихся 1-9 классов.
- 1.2. Обучающиеся в течение учебного года занимаются соответственно программы по физическому воспитанию для школы. Место занятий определяются согласно программному материалу, погодным условиям и задачам урока.
- 1.3. Обучающиеся допускаются к урокам физической культуры после прохождения профилактического медицинского осмотра и распределяются по трём медицинским группам:
 - основная медицинская группа;
 - подготовительная медицинская группа;
 - специальная медицинская группа.
- 1.4. На первых уроках каждой четверти обучающиеся проходят инструктаж по правилам безопасности.
- 1.5. Учитель физической культуры знакомит с программным материалом данной четверти, с требованиями к уроку, к спортивной форме, санитарно-гигиеническими нормами, с требованиями к дисциплине и организации обучающихся на уроке.
- 1.6. В течение учебного процесса проводится первичный инструктаж по безопасности жизнедеятельности с целью ознакомления со способами предупреждения травм, правилами контроля за выполняемыми тренировочными нагрузками, страховки и самостраховки на уроках физкультуры перед каждым новым разделом программы.
- 1.7. Во время занятий обучающиеся находятся на уроке в спортивной форме и обуви установленного образца с учётом всех санитарно-гигиенических норм.
- 1.8. Урок начинается и заканчивается по звонку согласно расписанию.

2. Требования безопасности перед началом урока.

- 2.1. На переменах обучающиеся переодеваются в автономных раздевалках (мужских и женских).
- 2.2. Перед началом урока обучающимся необходимо снять часы, булавки, брошки, кольца и другие украшения; волосы, закрывающие глаза, должны быть убраны с лица и завязаны резинкой; ногти должны быть острижены.
- 2.3. Урок начинается по звонку с построения.

2.4. Обучающиеся, не готовые к уроку по болезни или другой причине, присутствуют на занятиях в сменной обуви (если урок проводится в зале).

2.5. Обучающиеся, пришедшие на урок после болезни, допускаются к занятиям только с разрешения врача.

2.6. Перед уроком физкультуры с разрешения учителя обучающиеся могут аккуратно подготовить спортивный инвентарь.

3. Требования безопасности на уроке.

3.1. На уроке физической культуры обучающиеся выполняют программные упражнения и сдают учебные нормативы, согласно которым получают текущие, итоговые и четвертные оценки.

3.2. В подготовительной части урока, обучающиеся получают сведения о безопасной организации занятий, о приёмах и методах безопасного выполнения упражнений, спортивных занятий.

3.3. В течение урока обучающиеся должны придерживаться следующих правил:

- не начинать занятия без разрешения учителя;
- не начинать занятия без разминки;
- выполнять упражнения на исправных снарядах;
- не выполнять упражнения без страховки;
- самовольно покидать место занятий;
- выполнять другие действия без разрешения учителя; - на занятиях физкультуры запрещено жевать жевательную резинку или употреблять пищу; - после физической нагрузки обучающимся нельзя пить холодную воду во избежание простудных заболеваний; - соблюдать правила и нормы поведения; - не нарушать требования дисциплины обучающихся (не курить в спортивных помещениях и на спортивных площадках, в МОУ не приносить взрывоопасные стреляющие вещества).

3.4. В течение урока обучающиеся обучаются приёмам и методам страховки и самостраховки при выполнении упражнений.

3.5. Перед выполнением сложных упражнений выполнять подготовительные, подводящие и специальные упражнения.

3.6. В случае переутомления или плохого самочувствия обучающийся должен прекратить занятия и предварительно уведомив учителя обратиться в мед. пункт школы.

4. Требования безопасности по окончании урока.

4.1. Урок заканчивается построением, на котором подводятся итоги, сообщаются оценки, выдаётся домашнее задание.

4.2. При необходимости и с разрешения учителя обучающиеся убирают спортивный инвентарь.

4.3. Обучающиеся после разрешения учителя по физкультуре организованно и спокойно покидают место спортивных занятий и идут в раздевалку.

4.4. Обучающиеся переодеваются в школьную одежду и обувь.

4.5. Обучающиеся хорошо моют с мылом руки и умываются.

5. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

5.1. В процессе работы предупреждать возникновение аварийных ситуаций:

- не курить в спортивных раздевалках, на территории школы;
- не приносить вещества, не распылять их в раздевалках, спортивных помещениях, на территории школы;
- не приносить на урок взрывоопасные и отравляющие вещества;
- не уходить самовольно с урока;
- не оставаться в раздевалках на время урока;
- в случаях аварийной ситуации следовать указаниям учителя.

5.2. В случае аварийной ситуации нужно немедленно сообщить учителю или администрации школы.

5.3. В случае непредвиденных обстоятельств в спортивном зале, соблюдать спокойствие и порядок, слушать указания учителя.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ с настоящей Инструкцией по охране труда

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять: