

СОГЛАСОВАНО

Председатель профсоюзного
Комитета МАОУ «СОШ №5
«НТЦ им. И.В. Мичурина»

О.В. Семенова

Протокол № 6
От «27» 08_2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ «СОШ №5
«НТЦ им. И.В. Мичурина»

С.Б. Болдырева

Приказ № 181/1-ОД
От «02» 09_2024 г.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ

I. Общие требования безопасности

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, занимающихся в спортивном зале.
2. К занятиям физической культурой допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
3. В спортивном зале заниматься только в спортивной одежде и обуви с не скользкой подошвой.
4. Не входить в спортивный зал в верхней одежде.
5. Соблюдать личную гигиену (следить за чистотой тела, коротко остригать ногти).
6. Не заносить в спортзал портфели и сумки.
7. Травмоопасность в спортивном зале :
 - при включении электроосвещения (поражение электротоком);
 - при несоблюдении ТБ (травмирование рук, суставов, ушибы);
 - при работе на неисправных и неподготовленных спортивных снарядах.
8. Иметь индивидуальный пакет с полотенцем и мылом.

II. Требования безопасности перед началом занятий

1. Переодеться в спортивную одежду в раздевалке.
2. Не входить в спортивный зал без разрешения педагога.
3. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, войти в спортзал.
4. Не включать самостоятельно электроосвещение.
5. Не открывать дверь для проветривания без указания учителя.
6. Не передвигать спортивное оборудование и снаряды без указания педагога.
7. Внимательно прослушать инструктаж по ТБ на данном занятии.

III. Требования безопасности во время занятий

1. Не приступать к выполнению упражнений и учебных заданий без команды тренера.
2. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах без подложенных матов.
3. Перед работой на снарядах протереть их сухой, чистой тканью.
4. Не забывайте о подстраховке друг друга во время выполнения упражнений.
5. Нельзя метать мячи навстречу друг другу, в работе пары должен быть один мяч.
6. Не выполняйте упражнения, не предусмотренные заданием тренера.
7. Соблюдайте дисциплину и порядок на тренировке.
8. Не уходите с занятий без разрешения тренера.
9. Перед выполнением упражнения убедитесь в отсутствии близко стоящих к снаряду учащихся.

IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях

1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратите занятия и сообщите об этом педагогу.
2. В случае травматизма сообщите педагогу, он окажет вам первую помощь.
3. При возникновении аварийных ситуаций, пожара, по указанию учителя быстро, без паники, покиньте помещение спортивного зала.

V. Требования безопасности по окончании занятий

1. Выходите из спортзала по команде тренера спокойно, не торопясь.
2. Вымойте с мылом руки, умойтесь.
3. Снимите спортивную форму, обувь, используйте её только для занятий спортом.
4. О всех недостатках, замеченных вами во время занятий, сообщите педагогу.

Заместитель директора по учебно-воспитательной работе _____

Учитель физической культуры/педагог дополнительного образования

«СОГЛАСОВАНО»

Инженер по охране труда _____

28.08.2024года