

ИНСТРУКЦИИ ПО ОХРАНЕ ТРУДА



01.09.2015

1. Общие положения.

1.1. Данная инструкция разработана для учеников 1 – 11 классов.

1.2. Учащиеся в течение учебного года занимаются соответственно программы по физическому воспитанию для средней школы. Место занятий определяются согласно программному материалу, погодным условиям и задачам урока.

1.3. Учащиеся 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 каждого семестра учащиеся проходят инструктаж по технике безопасности.

1.5. Учитель физической культуры знакомит с программным материалом данного семестра, с требованиями к уроку, к спортивной форме, санитарно-гигиеническими нормами, с требованиями к дисциплине и организации учащихся на уроке.

1.6. В течение учебного процесса проводится текущий инструктаж по ТБ с целью ознакомления со способами предупреждения травм, правилами контроля за выполняемыми тренировочными нагрузками, страховки и само страховки на уроках физкультуры перед каждым новым разделом программы.

1.7. Во время занятий учащиеся 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 учащиеся переодеваются в автономных раздевалках (мужских и женских).

2.2. Перед началом урока необходимо снять часы, булавки, брошки, кольца и другие украшения, причесать волосы так, чтобы они не мешали занятиям. Ногти должны быть острижены.

2.3. Урок начинается по звонку с построения.

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

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

3. Требования безопасности на уроке.

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

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

3.3. В течении урока учащиеся 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;
- соблюдать правила и нормы поведения;
- не нарушать требования дисциплины учащихся (не курить в спортивных помещениях и на спортивных площадках, в ОШ не приносить взрывоопасные стреляющие вещества).

3.4. В течение урока учащиеся 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 учащийся должен прекратить занятия и предварительно уведомив преподавателя обратиться в мед. пункт школы.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

4.1. 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.

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

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

5. Требования безопасности по окончании урока.

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

5.2. Учащиеся организованно, строем покидают спортивную площадку и расходятся по раздевалкам.