

Государственное автономное общеобразовательное учреждение
«Лицей № 1 им. М.К.Тагирова» г. Альметьевск
(ГАОУ «Лицей № 1 им.М.К.Тагирова»)

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом
ГАОУ «Лицей № 1 им.М.К.Тагирова»
(протокол от 19.06.2015 № 11)

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАОУ «Лицей № 1
им.М.К.Тагирова»
Р.М.Шакиров

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ
на занятиях спортивной секции (вводный инструктаж)

1. Общие положения

- 1.1. К занятиям в спортивной секции допускаются учащиеся, прошедшие вводный инструктаж по правилам безопасности на занятиях спортивной секции, медицинский осмотр, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья и усвоившие основные требования безопасного выполнения работ со спортивным оборудованием и инвентарем.
- 1.2. К занятиям в спортивной секции допускаются учащиеся, имеющие допуск врача (основная и подготовительная группа здоровья). После болезни учащийся обязан предоставить учителю справку из медицинского учреждения.
- 1.3. Данный вводный инструктаж по технике безопасности на занятиях в спортивной секции оставлен для учащихся в целях обеспечения охраны здоровья и безопасных условий обучения на занятиях в спортивной секции.
- 1.4. Проведение вводного инструктажа на занятиях в спортивной секции в спортзале регистрируют в журнале инструктажа учащихся по технике безопасности (ТБ) с подписями инструктируемого и инструктирующего. Дата регистрации вводного инструктажа в специальном журнале должна совпадать с записью о проведении данных инструктажей в журнале спортивной секции.
- 1.5. Вводный инструктаж проводится с учащимися на первом занятии в спортивной секции в спортзале или на спортивной площадке в начале учебного года, а также с вновь прибывшими обучающимися школы в течение учебного года. Учителю физкультуры вводный инструктаж рекомендуется проводить с использованием современных демонстрационных средств обучения, а также наглядных учебных пособий.

2. Общие требования безопасности на занятиях спортивной секции

- 2.1. Школьники обязаны иметь на уроках спортивную форму и чистую спортивную обувь. Спортивная форма должна соответствовать температуре в спортивном зале и погодным условиям (при занятиях на спортивной площадке).
- 2.2. Каждый учащийся должен соблюдать правила личной гигиены.
- 2.3. Во время проведения занятий спортивной секции вероятно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
 - травмы при падении на твердом покрытии или грунте;
 - травмы при нахождении в секторе броска;
 - травмы вследствие плохой разминки;
 - травмы при столкновении;
 - травмы при нарушении правил спортивных игр;
 - травмы при нарушении правил обращения со спортивным инвентарем и спортивным оборудованием, правил техники выполнения упражнений.

2.4. Во избежание несчастных случаев учащимся следует внимательно ознакомиться с правилами безопасности на занятиях спортивной секции и строго соблюдать их выполнение.

2.5. Учащиеся должны спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, входить и выходить из спортивного зала, раздевалок.

2.6. Присутствие учащихся на занятиях в спортивном зале и на спортивной площадке допустимо только в присутствии педагога спортивной секции.

2.7. Запрещается загромождать проходы в раздевалках портфелями, сумками, передвигать скамейки.

2.8. Запрещено учащимся приносить посторонние предметы на занятия спортивной секции, чтобы не отвлекать и не травмировать одноклассников.

2.9. Не выносить из спортивного зала без указания педагога спортивной секции любой спортивный инвентарь.

2.10. Во время проведения занятия спортивной секции необходимо соблюдать тишину, быть внимательным и дисциплинированным, точно выполнять указания педагога спортивной секции.

2.11. Запрещается без разрешения педагога спортивной секции начинать самостоятельное выполнение упражнений на спортивных снарядах, играть в спортивные игры, осуществлять упражнения, не имеющие отношения к теме занятия.

2.12. При получении травмы, а также при плохом самочувствии обучающиеся должны немедленно сообщить об этом педагогу спортивной секции.

3. Требования безопасности перед началом занятия спортивной секции

3.1. Перед началом занятия спортивной секции учащиеся переодеваются в автономных раздевалках (мужской, женской).

3.2. В спортивной раздевалке запрещается вставать на скамейки, мусорить, грубо вести себя по отношению к другим учащимся. В случае возникновения конфликтной ситуации учащиеся должны сообщить об этом педагогу спортивной секции.

3.3. Перед началом занятия необходимо снять часы, булавки, кольца и другие украшения, причесать волосы так, чтобы они не мешали занятиям.

3.4. Убрать из карманов спортивной формы все посторонние предметы.

3.5. Под руководством педагога спортивной секции подготовить спортивный инвентарь, необходимый для проведения занятия.

3.6. Занятие начинается по звонку с построения в спортивном зале (на спортивной площадке).

3.7. Если занятия проводятся на улице, учащиеся выходят из помещения в сопровождении педагога спортивной секции.

4. Требования безопасности на занятии спортивной секции

4.1. В подготовительной части занятия спортивной секции учащиеся получают сведения о безопасной организации занятий, о приемах и методах безопасного выполнения упражнений, спортивных заданий.

4.2. В течение занятия спортивной секции учащиеся должны придерживаться следующих правил:

- внимательно слушать и четко выполнять указания педагога;
- начинать упражнения с разрешения педагога;
- начинать занятия с разминки;
- выполнять упражнения только на исправных снарядах;
- не выполнять упражнения без страховки;
- не покидать самовольно место занятий;
- не выполнять другие действия без разрешения педагога.

4.3. В течение занятия учащиеся обучаются приемам и методам страховки и само страховки при выполнении упражнений. Перед выполнением сложных упражнений выполнять подготовительные, подводящие, специальные упражнения.

4.4. На занятиях спортивной секции учащиеся обязаны выполнять только те упражнения, которые разрешил выполнять педагог.

4.5. Брать спортивный инвентарь, находящийся в спортивном зале или тренерской комнате, разрешается только с разрешения педагога.

4.6. Во время выполнения упражнений с мячами (теннисный, волейбольный, баскетбольный, футбольный, набивной) учащийся обязан контролировать падение мяча, чтобы избежать умышленного травмирования других детей.

4.7. Во время выполнения задания находиться на отведенном для этого месте (во время бега бегать по своей дорожке; во время зарядки стоять на своем месте, на безопасном расстоянии от соседа и т. д.).

4.8. Во время передвижений смотреть вперед, соблюдать дистанцию, избегать столкновений, избегать резкого изменения направления своего движения.

4.9. Во время занятий на улице категорически запрещено покидать спортивную площадку, где проходит занятие, и тем более территорию школы.

4.10. На занятиях спортивной секции запрещается жевать жевательную резинку, принимать какую-либо пищу.

4.11. При обнаружении поломок спортивного оборудования обучающиеся должны немедленно сообщить педагогу спортивной секции.

4.12. В случае переутомления или плохого самочувствия учащийся должен прекратить занятия и, предварительно уведомив педагога спортивной секции, обратиться в медицинский пункт школы.

5. Требования безопасности в аварийных ситуациях на занятиях спортивной секции

5.1. При получении травмы немедленно сообщить педагогу спортивной секции.

5.2. В случае возникновения аварийных ситуаций необходимо сохранять спокойствие, четко выполнять указания педагога и по его указанию быстро и без паники покинуть спортивный зал или спортивную площадку.

5.3. При внезапном заболевании либо возникновении плохого самочувствия сразу сообщить об этом педагогу спортивной секции.

5.4. Обо всех поломках спортивных снарядов и спортивного инвентаря оперативно сообщать педагогу спортивной секции, не пытаться починить самостоятельно.

6. Требования безопасности по окончании занятия спортивной секции

6.1. Занятие спортивной секции заканчивается построением, на котором подводятся его итоги.

6.2. При необходимости и с указания педагога обучающиеся убирают спортивный инвентарь.

6.3. После разрешения педагога учащиеся организованно, спокойным шагом покидают спортзал (спортивную площадку) и расходятся по раздевалкам.

6.4. После физической нагрузки ученикам не рекомендуется пить холодную воду во избежание простудных заболеваний.

6.5. После занятия учащиеся должны переодеться в раздевалке.

6.6. В раздевалке учащиеся должны вести себя тихо, не кричать, не мешать другим учащимся.

6.7. После занятий вымыть с мылом руки и умыться.

Инструкцию составил:

Заместитель
директора по ВР

Искандарова А.М.