

Инструкция по охране труда №53
Во время проведения занятий по физической культуре в
спортивном зале, на спортивной площадке в МБОУС(К)ОШ
(Инструкция предназначена для проведения первичного, повторного, внепланового инструктажей по
охране труда и технике безопасности с обучающимися во время проведения занятий по физической
культуре)

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. Данная инструкция разработана в соответствии с требованиями Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29.10.2021 года №772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем».

1.2. Данная инструкция разработана для обучающихся МБОУС(К)ОШ «Надежда», на уроках физической культуры и доводится до обучающихся при проведении инструктажей по охране труда на уроках физической культуры.

1.3. Обучающиеся в течение учебного года занимаются соответственно программы обучения физической культуры для общеобразовательной школы. Место занятий определяются согласно программному материалу, погодным условиям и задачам урока.

1.4. Обучающиеся допускаются к урокам физической культуры после прохождения профилактического медицинского осмотра и распределяются по трем медицинским группам:

- основная медицинская группа;
- подготовительная медицинская группа;
- специальные медицинские группы А, Б, 0,

1.5. Перед началом учебного года все обучающиеся проходят первичный инструктаж по охране труда и технике безопасности с записью в специальном журнале (с 14 лет и старше под роспись). Перед каждой новой темой, обучающиеся проходят инструктаж по охране труда и технике безопасности на уроках.

1.6. Учитель физической культуры, знакомит обучающихся с программным материалом, с требованиями к уроку, к спортивной форме, санитарно-гигиеническими нормами, с требованиями к дисциплине на уроке.

1.7. В течение учебного процесса перед каждым новым разделом программы проводится текущий инструктаж по охране труда и технике безопасности на уроках физической культуры, с целью ознакомления со способами предупреждения травм, правилами контроля за выполняемыми тренировочными нагрузками, страховки и самостраховки на уроках физкультуры.

1.8. Во время занятий обучающиеся находятся на уроке в спортивной форме и обуви установленного образца с учётом всех санитарно-гигиенических норм.

1.9. Обучающиеся, не допущенные к занятиям по причине отсутствия надлежащей спортивной формы, болезни, плохого самочувствия и другое, обязательно присутствуют в спортивном зале (площадке), в сменной обуви.

1.10. Урок начинается и заканчивается, согласно расписанию занятий.

1.11. Все спортивное оборудование должно быть полностью исправным и надёжно закреплено.

1.12. Гимнастические маты должны вплотную укладываться вокруг гимнастических снарядов так, чтобы они перекрывали площадь соскока или предусмотренного срыва, падения.

1.13. Спортивное оборудование необходимо размещать так, чтобы около каждого спортивного снаряда была безопасная зона.

1.14. Проводить занятия с применением неисправного оборудования, спортивного инвентаря или без спортивной одежды запрещено.

1.15. Занятия по физкультуре проводятся в обязательном присутствии учителя физкультуры и его личной страховке при выполнении упражнений на спортивных снарядах.

1.16. К занятиям по спортивным играм допускаются обучающиеся, прошедшие медицинское обследование и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. К урокам в полном объеме программы допускаются обучающиеся основной медицинской группы. Перед началом занятий учитель физкультуры должен выявить любые, даже незначительные отклонения в состоянии здоровья обучающихся, для принятия соответствующих мер (освобождение от занятий, снижение нагрузки).

1.17. Занятия проводятся в спортивном зале или на спортивной площадке.

1.18. В обязанность учителя физкультуры входит проведение инструктажа с обучающимися по правилам безопасности во время занятий. Работа по профилактике травматизма, заболеваний и несчастных случаев при занятиях физической культурой и спортом является одной из важнейших задач учителя физкультуры.

1.19. Во избежание перегрузок на занятиях по спортивным играм, ведущих к травматизму и отрицательным последствиям учитель физкультуры должен получить в начале учебного года от медицинского работника школы полную информацию в письменном виде о состоянии здоровья каждого обучающегося.

1.20. После болезни или перенесенных травм возобновлять занятия обучающийся может только по разрешению врача и проводить их в сокращенном объеме.

1.21. Во время занятий по физической культуре для учителя физкультуры и обучающихся действуют профессиональные риски:

- опасность поскользнуться, споткнуться, упасть с высоты собственного тела;
- психофизиологическое напряжение;
- высокая концентрация внимания;
- опасность поражения электрическим током;
- опасность возникновения пожаров;
- нарушение параметров микроклимата, предусмотренных для спортивного зала;
- длительные статические нагрузки;
- падение со сломанного стула;
- падение предметов находящихся на высоте;
- мокрый пол после влажной уборки;
- незакрепленная мебель или спортивное оборудование;
- повышенная физическая динамическая нагрузка;
- падения, прыжки, блокировка мяча;
- силовые приемы, защитные действия, столкновения игроков;
- недостаточные двигательные навыки (захваты, перехваты, финты);
- получение травмы во время страховки;
- неблагоприятные климатические условия при занятиях на спортивном городке;
- грубость в игре, нарушение правил игры.

1.22. О каждом несчастном случае во время занятий учитель обязан поставить незамедлительно в известность директора школы.

1.23. В случае легкой травмы учитель физкультуры должен оказать помощь пострадавшему. К лицам, получившим тяжелые травмы во время занятий, необходимо срочно вызвать «скорую медицинскую помощь». До ее прибытия пострадавшему должна быть оказана первая доврачебная помощь в соответствии с инструкцией по первой доврачебной помощи, действующей в школе.

1.24. Обучающиеся, нарушающие правила безопасности, отстраняются от занятий. Если на уроке физкультуры произошли нарушения техника безопасности, то перед очередным занятием со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж.

1.25. Знание и выполнение требований настоящей Инструкции является должностной обязанностью учителя физкультуры и обязанностью обучающихся, а их несоблюдение влечет за собой, в зависимости от последствий нарушения, ответственность установленную законодательством РФ (дисциплинарная, административная, материальная, уголовная).

1.26. Учитель физкультуры несет личную ответственность за состояние жизни и здоровья обучающихся, во время проведения занятий по физической культуре.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ УРОКА.

2.1. На переменах обучающиеся переодеваются в раздевалках (класса) в надлежащую спортивную форму. В раздевалке соблюдается чистота и порядок. Каждый класс складывает свои вещи отдельно от другого. Перед началом урока необходимо снять часы, булавки, брошки, кольца и другие украшения, причесать волосы так, чтобы они не мешали занятиям. Ногти должны быть острижены.

2.2. Урок начинается с общего построения и проверки наличия учеников на уроке. Обучающиеся, не допущенные к занятиям физкультуры, по различным причинам присутствуют на уроке. Обучающиеся, пришедшие на урок физкультуры после болезни, допускаются к занятиям только с разрешения врача.

2.3. Перед началом урока учитель физкультуры обязан провести инструктаж по охране труда и технике безопасности, во время урока и сообщить обучающимся, о безопасной организации занятий, о приёмах и методах безопасного выполнения упражнений, во время разминки и спортивной игры, предупредить о возможных опасных и неправильных способах выполнения упражнений, о приемах игры, которые запрещено применять.

2.4. Перед началом игры учитель физкультуры обязан проверить лично поле стадиона на отсутствие на поле и рядом с полем травмоопасных предметов (камней, стекол и т.п.) при необходимости очистить поле, проверить крепление штанг, ворот, спортивных снарядов и сетки.

2.5. Учитель физкультуры до начала занятий должен тщательно проветрить спортивный зал, проверить состояние, готовность площадки, наличие необходимого спортивного инвентаря и наличие посторонних травмоопасных предметов на спортивной площадке и в зале. Спортивное оборудование (ворота, стойки для сетки, щиты, кольца) должны быть надежно закреплены. Перед занятиями гимнастикой необходимо проверить состояние матов, прочность крепления спортивных снарядов, канатов, веревочных лестниц, целостность шведской стенки и т.п..

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ УРОКА.

3.1. На уроке физической культуры обучающиеся выполняют программные упражнения и сдают учебные нормативы, согласно которым получают текущие, итоговые 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 течении 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 не покидать место занятий;
- выполнять другие действия без разрешения учителя;
- соблюдать правила и нормы поведения;
- не нарушать требования дисциплины, установленные для обучающихся.

3.4. В течение урока обучающиеся изучают приемы и методы 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 физкультуры обратиться в медицинский пункт школы.

3.7. На уроках должен соблюдаться принцип доступности и последовательности обучения, выбраны правильные способы страховки и помощи, учитывая характер упражнений, уровень физической и технической подготовки обучающихся.

3.8. Не выполнять без страховки сложные элементы упражнений, выполнять соскок со спортивного снаряда, приземляться мягко на носки, пружинисто приседая.

3.9. В случае обнаружения неисправности спортивного снаряда, следует прекратить выполнение на нём упражнений и немедленно сообщить учителю. Упражнения на снарядах обучающиеся выполняют при страховке учителя. В процессе обучения обучающиеся овладевают правилами страховки и самостраховки.

Самостраховка заключается в способности обучающегося:

- своевременно прекратить выполнение упражнения в тот момент, когда ученик чувствует, что может упасть, сорваться со снаряда;
- способность выполнить упражнение с достаточной амплитудой, в правильном направлении и с необходимым положением тела (его частей) таким образом, чтобы избежать ушибов, падений, травм.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.

4.1. Учитель при возникновении аварийной ситуации обязан:

- в процессе работы предупреждать возникновение аварийных ситуаций;
- при возникновении пожара немедленно эвакуировать обучающихся из здания, сообщить о пожаре администрации школы и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения, если это не угрожает жизни и здоровью работника и окружающих;
- при прорыве системы отопления эвакуировать обучающихся, сообщить администрации школы, при необходимости перекрыть задвижки в тепловом узле здания (в подвале здания школы, под медицинским пунктом);
- при получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации школы, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение;
- в случае появления неисправности спортивного оборудования, прекратить занятия на неисправном спортивном оборудовании, сообщить об этом администрации школы;
- при поражении электрическим током немедленно отключить электросеть, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

4.2. Обучающийся должен:

- в случае аварийной ситуации нужно немедленно сообщить учителю или работнику администрации школы, следовать указаниям учителя;
- в случае непредвиденных обстоятельств в спортивном зале, на спортивной площадке, соблюдать спокойствие и порядок, выполнять указания учителя.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ УРОКА.

5.1. Урок заканчивается построением, на котором подводятся итоги занятия, сообщаются обучающимся оценки за выполнение упражнений и за урок в целом.

5.2. Обучающиеся организованно, строем покидают спортивную площадку и расходятся по раздевалкам, а после этого учитель ведет обучающихся в класс и передает их учителю.

Заместитель директора по УВР _____ А.О. Коновалова