

## **ПРИМЕРНАЯ ИНСТРУКЦИЯ**

### **по обеспечению мер безопасности при проведении образовательного процесса по физической культуре**

#### **1. Общие требования**

1.1. Возможное воздействие на обучающихся опасных факторов при проведении уроков/занятий по физической культуре:

- использование неисправного спортивного оборудования и инвентаря;
- выполнение упражнений на спортивных снарядах без страховки;
- падение на скользком полу, грунте или площадке;
- наличие сколов на поверхности ванны и пола плавательного бассейна;
- нахождение посторонних предметов на беговой дорожке и в секторе для прыжков;
- нахождение в секторе броска и приземления во время занятий по метанию;
- обморожения при поведении занятий при ветре более 1,5-2,0 м/с и при температуре воздуха ниже 20°С;
- падение на неподготовленной трассе во время спуска на лыжах;
- нарушение правил проведения подвижных или спортивных игр;
- нарушение правил использования тренажеров;
- использование непрочного установленного и незакрепленного оборудования.

1.2. Во время проведения уроков/занятий по физической культуре в зоне доступа должна быть медицинская аптечка, оборудованная в соответствии с письмом Департамента здравоохранения города Москвы от 05.09.2011 № 01-34-4995/11 «О рекомендуемом стандарте оснащения школьной аптечки».

1.3. При проведении уроков/занятий по физической культуре соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и план эвакуации.

1.4. К занятиям физическими упражнениями допускаются учащиеся не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, прошедшие инструктаж по правилам поведения и соблюдения мер безопасности на уроках/занятиях по физической культуре. Учащиеся, временно освобожденные от физической нагрузки, должны присутствовать на уроке.

1.5. При проведении уроков/занятий по физической культуре следить за соблюдением правил поведения учащимися.

1.6. Контролировать в процессе проведения уроков/занятий по физической культуре порядок выполнения упражнений обучающимися.

1.7. Выявлять учащихся, нарушающих технику безопасности при выполнении различных физических упражнений с последующим проведением внеплановых инструктажей.

1.8. При возникновении несчастного случая с обучающимися на уроке/занятии по физической культуре следует:

- принять неотложные меры по предотвращению воздействия травмирующих факторов на обучающихся;
- незамедлительно организовать первую помощь пострадавшему;
- сообщить о происшествии администрации образовательной организации.

## **2. Требования по обеспечению условий безопасности перед началом занятий**

2.1. Провести тщательный осмотр места проведения занятий, проверить техническое и санитарно-гигиеническое состояние спортивного оборудования и инвентаря.

2.2. Проверить наличие спортивной формы обучающихся.

2.3. Инструктировать школьников о порядке, последовательности и мерах безопасности при выполнении физических упражнений.

## **3. Требования по обеспечению условий безопасности во время занятий**

3.1. Начинать и заканчивать урок со звонком.

3.2. Сообщить в начале урока тему и задачи урока, чтобы учащиеся могли настроиться на определенный вид деятельности.

3.3. Проводить разминку с использованием подводящих упражнений с учетом специфики задач урока.

3.4. Придерживаться принципов доступности и последовательности обучения.

3.5. Учитывать индивидуальные особенности, физическую подготовленность и функциональные возможности каждого учащегося. Своевременно реагировать на их жалобы о плохом самочувствии.

3.6. Обеспечивать страховку учащихся при разучивании и выполнении сложных физических упражнений.

3.7. При проведении урока/занятия по физической культуре необходимо акцентировать внимание учащихся на соблюдении правил поведения.

3.8. Следить за дисциплиной на уроке, контролировать действия учащихся, постоянно держать в поле зрения всех учащихся.

#### **4. Требования по обеспечению условий безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При возникновении чрезвычайных ситуаций природного, техногенного или социального характера немедленно прекратить занятия, эвакуировать обучающихся и сообщить о случившемся администрации учреждения.

#### **5. Требования по обеспечению условий безопасности по окончании занятий**

5.1. Проверить самочувствие учащихся по окончании урока/занятия по физической культуре.

5.2. Убрать спортивный инвентарь в отведенное место для хранения.

5.3. Следить за дисциплиной в раздевалке спортивного зала.