Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Основная общеобразовательная школа с. Сиреники»

689273 ЧАО, Провиденский район, с. Сиреники, ул. Мандрикова, 29, тел. (факс) 2-52-37

E-mail: [sireniki\_school@mail.ru](mailto:sireniki_school@mail.ru)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| СОГЛАСОВАНО:  Председатель совета ТК  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Тарасенко Е.Э  Протокол ТК  №\_\_\_\_ от «\_\_\_ » \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2016 г. |  | УТВЕРЖДАЮ:  И.о. директора МБОУ  «ООШ с.Сиреники»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Я.Ю. Щуцкая  «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_2016 г |

**ИНСТРУКЦИЯ № 30  
по охране труда для учителя физической культуры при проведении занятий по легкой атлетике**

**Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения**

**«Основная общеобразовательная школа села Сиреники»**

1. **ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ.**

1.1. К занятиям легкой атлетикой допускаются учащиеся,  прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.  
1.2. При проведении занятий по легкой атлетике учащиеся обязаны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. На занятиях по легкой атлетике учащиеся должны избегать воздействия следующих опасных факторов:

- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;

- травмы при нахождении в зоне броска во время занятий по метанию; выполнение упражнений - без разминки.

1.4. При получении травмы учащийся обязан немедленно поставить об этом в известность учителя, который сообщает об этом администрации и медицинской сестре школы. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом учителю.

1.5. В процессе занятий ученики обязаны соблюдать установленный порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены

Учащимся запрещается:

- приносить на занятия колющие, режущие, легковоспламеняющиеся предметы;

- бегать без разрешения учителя, открывать окна, фрамуги; толкать друг друга; кидать друг в друга различные предметы;

- трогать без разрешения учителя спортивное снаряжение.

Учащиеся обязаны:

- переодеваться в спортивный костюм и надевать спортивную обувь в раздевалке спортзала перед началом урока;

- пройти инструктаж по охране труда на занятиях легкой атлетикой;

- выполнять требования охраны труда и правил для учащихся на занятиях легкой атлетикой.

Учителю запрещается:

- оставлять без присмотра учащихся на уроке и во время перемены;

- допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности на занятиях легкой атлетикой;

- использовать неисправное спортивное оборудование;

- ремонтировать неисправное электрооборудование самостоятельно.

Учитель обязан:

- пройти инструктаж по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике;

- провести инструктаж по охране труда на занятиях по легкой атлетике со всеми учащимися с обязательной отметкой в «Журнале по охране труда» и классном журнале;

- подготовить спортивное оборудование и спортинвентарь для обеспечения всех учащихся на уроках физической культуры;

- проверять исправность спортивного оборудования, имеющегося в спортзале и на спортплощадке, перед каждым уроком;

- обеспечить безопасность спортивного оборудования, используемого на занятиях, не допускать нарушения инструкции по использованию спортивного оборудования и инвентаря;  
- о возникших неполадках сообщить администрации школы;

- исключить из пользования непригодное оборудование;  
- проверить перед началом занятий одежду учащихся и спортивную обувь, ознакомиться с медицинскими показаниями;

- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину учащихся во время занятий и в процессе подготовки к ним на переменах;

- использовать различные формы проведения разминки  перед выполнением сложных упражнений;  
- придерживаться принципа доступности выполнения упражнений каждым учеником;

- обеспечить показ приемов выполнения упражнений перед непосредственным выполнением их учащимися;

- выполнять режим проветривания в спортивном зале;

- соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и направления эвакуации при пожаре.

1.6. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

**2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ.**

2.1. Учитель обязан:

- подготовить спортивный зал или спортивную площадку для обеспечения безопасности и эффективности занятия;

- провести инструктаж по охране труда и технике безопасности по легкой атлетике для всех учащихся с обязательной отметкой в «Журнале инструктажа по технике безопасности» и классном журнале;

- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря, имеющегося в спортивном зале;

- проверять исправность спортивного оборудования перед каждым уроком;

- о возникших неполадках сообщить администрации школы;

- исключить из пользования непригодное оборудование;

- в благоприятную погоду проводить занятия по легкой атлетике максимально на свежем воздухе;   
- проверить перед началом занятий одежду и обувь учащихся, ознакомиться с медицинскими показаниями,

- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину учащихся во время занятий и в процессе подготовки к ним на переменах;

- протереть насухо спортивные снаряды для метания (диск, ядро, гранату и т.п.);

- провести разминку.

2.2. Учителю запрещается:

- оставлять без присмотра учащихся на уроках и во время перемен;

- допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности при проведении занятий по лыжам;

- использовать неисправное спортивное оборудование.

2.3. Учащиеся обязаны:

- надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой;

- пройти инструктаж по охране труда на занятиях легкой атлетикой;

- выполнять требования охраны труда и правила для учащихся при проведении уроков легкой атлетики;

- иметь спортивную форму для занятий легкой атлетикой.

**3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ.**

Учащиеся обязаны:

3.1. При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке. Дорожка должна продолжаться не менее чем на 15м за финишную отметку.

3.2. Во избежание столкновения исключить резко «стопорящую» остановку.

3.3. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.  
3.4. Выполнять требования охраны труда на уроке.

Учащимся запрещается:

- выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, приземляться при прыжках на руки.

- производить метания без разрешения учителя, оставлять без присмотра спортивный инвентарь.  
- стоять справа от метающего, находиться в зоне броска, ходить за снарядами для метания без разрешения учителя.

- подавать снаряд для метания друг другу броском.

Учитель обязан:

- обеспечить безопасное выполнение упражнений, прыжков, бросков учащимися и т.д.;

- при выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы между детьми во избежание столкновений;

- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря;

- обеспечить дисциплину на уроке и во время перемен;

**4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.**

4.1. Ученик должен:

- при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю;

- при получении травмы немедленно сообщить об этом учителю, который должен оказать первую помощь, при необходимости отправить его к медицинской сестре школы в сопровождении взрослого или в амбулаторию села;

- при поломке или порче спортивного оборудования немедленно прекратить выполнение упражнения и сообщить об этом учителю.

**5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ.**

5.1. Убрать спортивный инвентарь в отведенное для хранения место.

5.2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.3. Тщательно вымыть руки и лицо с мылом.

С инструкцией ознакомлены:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Фамилия И. О.** | **Подпись работника** | **Дата ознакомления** | **Примечание** |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |