Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Новоатьяловская средняя общеобразовательная школа»
ул. Школьная, д. 20, с. Новоатьялово, Ялуторовский район, Тюменская область, 627050
тел./факс 8 (34535) 34-1-60, e-mail: novoat_school@inbox.ru
ОКПО 45782046, ОГРН 1027201465741, ИНН/КПП 7228005312/720701001

СОГЛАСОВАНО
Председатель ПК
_____/Галейдина Т.В./
«03_» _апреля 2017 _ г.

УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы
_____/Исхакова Ф.Ф/
«_03_» __апреля 2017 _ г.

ИНСТРУКЦИЯ №10
по технике безопасности для учащихся на занятиях по физической культуре на спортивной площадке.

Общие требования безопасности
1. К занятиям допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
2. Опасность возникновения травм:
— при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
— при нахождении в зоне броска во время выполнения метаний;
— при выполнении упражнений без разминки.
3. У учителя должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи .пострадавшим.
4. Занятия проводятся при сухой, тёплой погоде.
5. При температуре воздуха ниже +10 град. заниматься в спортивных костюмах.
6. Соблюдать правила дорожного движения при переходе через улицу.

Требования безопасности перед началом занятий
1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
2. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме (место приземления), проверить отсутствие в нем посторонних предметов.
3. Протереть сухой тряпкой снаряды для метания (диск, ядро, гранату и т.д.).
4. Провести разминку.

Требования безопасности во время занятий
1. При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке. дорожка должна выходить не менее чем на 15 м за финишную отметку.
2. Во избежание столкновений исключить резкие остановки во время бега.
3. Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, не приземляться при прыжках на руки.
4. Перед выполнением метаний посмотреть, нет ли людей в секторе для метания.
5. Не производить метания без разрешения учителя (преподавателя); не оставлять без присмотра снаряды для метания.
6. Не стоять справа от метающего (при метании левой рукой — слева); не находиться в зоне броска; не подбирать снаряды для метания без разрешения учителя (преподавателя).
7. Не подавать друг другу снаряд для метания броском.
8. Не снимать спортивную обувь, не бегать босиком.
9. Бег по кругу выполнять только в направлении против часовой стрелки.
10. Не покидать спортплощадку без разрешения учителя.

Требования безопасности в аварийных ситуациях
1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю (преподавателю).
2. При получении травмы, немедленно сообщить учителю, он окажет помощь.
3. При резком ухудшении погоды прекратить занятия, вернуться в спортивный зал.

Требования безопасности по окончании занятий
1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.