СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДЕНО

Председатель ПК Директор МБОУ СОШ №14

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Н.А. Желтова/ \_\_\_\_\_\_\_\_\_/Л.В.Варламова /

 \_\_\_ августа 20\_\_\_ года \_\_\_ августа 20\_\_\_ года

**ИНСТРУКЦИЯ № 40**

**по охране труда для учащихся по мерам безопасности**

**при занятиях на открытых спортивных площадках.**

**I. Общие требования безопасности.**

Состояние спортивной площадки должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям. Нестандартное оборудование должно быть надёжно закреплено и находится в исправном состоянии.

***К занятиям допускаются учащиеся:***

- отнесённые по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам;

- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;

- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений. Обувь должна быть на подошве, исключающей скольжение, плотно облегать ногу и не затруднять кровообращение. Одежда должна соответствовать погодным условиям.

***Учащийся должен:***

- бережн6о относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;

- быть внимательным при перемещениях по стадиону (площадке);

- знать и выполнять настоящую инструкцию.

**За несоблюдение мер безопасности учащийся может быть не допущен или отстранён от участия в учебном процессе.**

**II. Требования безопасности перед началом занятий.**

***Учащийся должен:***

- переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;

- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, серёжки и т.д.);

- убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы;

- организованно выйти с учителем через центральный выход здания или запасной выход спортзала на место проведения занятий;

- под руководством учителя подготовить инвентарь и оборудование, необходимый для проведения занятия;

- по распоряжению учителя убрать посторонние предметы с беговой дорожки, ямы для прыжков и т.д.;

- по команде учителя встать в строй для общего построения.

**III. Требования безопасности во время проведения занятий.**

Занятия проводятся на ровном, не скользком грунте под руководством учителя физкультуры.

***Учащийся должен:***

- внимательно слушать объяснения учителя и правильно их выполнять, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения учителя, выполнять упражнения только на исправном оборудовании;

- при выполнении упражнений потоком соблюдать достаточные интервал и дистанцию;

- быть внимательным при перемещениях по спортивной площадке: не мешать другим, не ставить подножек, избегать столкновений;

- не покидать территорию спортивной площадки без разрешения.

**IV. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.**

***Учащийся должен:***

- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность учителя физкультуры;

- с помощью учителя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;

- при возникновении пожара и других экстремальных ситуациях (угрозе теракта, хулиганских действиях посторонних лиц и т.д.) немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством учителя покинуть место проведения занятий;

- по распоряжению учителя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить в службу спасения.

**V. Требования безопасности по окончании занятий.**

***Учащийся должен:***

- под руководством учителя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

- организованно покинуть место проведения занятий;

- переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;

- вымыть руки с мылом.