

ИОТ – 103–15

Инструкция вводится
в действие с 01.09.2015 г.



Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Школа № 508»
(наименование организации)

Постановлением профсоюзного комитета

Протокол № 508 от 09.04.15

Т.А. Ивченкова



Директор ГБОУ Школа №508

Приказ № 167 от 02.04.15

А.А. Дунаева

ИНСТРУКЦИЯ

вводного инструктажа по охране труда для воспитанников по физической культуре

Основные понятия физической культуры

Физическая культура – органическая составная часть общей культуры общества и личности, вид социальной деятельности людей, направленный на укрепление здоровья и развитие их физических способностей, на подготовку к жизненной практике.

Физкультурник – человек, систематически занимающийся доступными физическими упражнениями для укрепления своего здоровья, гармоничного развития и физического совершенствования.

Физическое развитие – биологический процесс становления и применения форм и функций человеческого организма, совершающийся под влиянием наследственности, условий жизни и воспитания.

Программа физического воспитания предусматривает изучение учащимися теоретических тем и овладение рядом практических физических упражнений из различных видов спорта.

1. Общие требования безопасности

Воспитанник должен:

- пройти медицинский осмотр и заниматься в той медицинской группе, к которой он относится по состоянию здоровья;
- иметь опрятную спортивную форму, соответствующую погодным условиям и теме проведения занятия;
- после болезни предоставить справку от врача о временном освобождении от занятий;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и использовать его по назначению;
- иметь коротко остриженные ногти;

Воспитанникам нельзя:

- резко открывать двери и виснуть на них, выключать свет, трогать плафоны в раздевалке, спортивном зале;
- вставлять в розетки посторонние предметы;
- пить холодную воду до и после занятия;

2. Требования безопасности перед началом занятий

Воспитанник должен:

- переодеться в раздевалке, надеть спортивную форму и спортивную обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (серьги, крестики и т.д.);
- убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы;

- под руководством воспитателя по физкультуре приготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;
- с разрешения воспитателя выходить на место проведения занятия;
- по команде воспитателя по физкультуре встать в строй для общего построения.

3. Требования безопасности во время занятий

Воспитанник должен:

- внимательно слушать и четко выполнять задания воспитателя по физкультуре;
- брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения воспитателя по физкультуре;
- во время передвижений смотреть вперед, соблюдать достаточные интервал и дистанцию, избегать столкновений;
- выполнять упражнения с исправным инвентарем и заниматься на исправном оборудовании.

Воспитанникам нельзя:

- покидать место проведения занятия без разрешения воспитателя по физкультуре;
- толкаться, ставить подножки в строй и движения;
- залезать на баскетбольные фермы, виснуть на кольцах;
- жевать жевательную резинку;
- мешать и отвлекать при объяснении заданий и выполнении упражнений;
- выполнять упражнения с влажными ладонями;
- резко изменять направление своего движения.

4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстренных ситуациях

Воспитанник должен:

- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность воспитателя по физкультуре;
- при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством воспитателя по физкультуре покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;

5. Требования безопасности по окончании занятий

Воспитанник должен:

- под руководством воспитателя по физкультуре убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения занятия;
- переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;
- вымыть с мылом руки.

Инструкцию разработал:

Ордымова Ч.С.
фамилия и.о.

Ордымова Ч.С.

подпись

Согласовано: специалист по охране труда

Андреева И.А.
фамилия и.о.

Андреева И.А.

подпись