

**МБУ 69 г. Тольятти**

# **Инструкции по технике безопасности**



**Учитель физической культуры  
Долгих Михаил Анатольевич**

**Вводный инструктаж**  
**по мерам безопасности**  
**для учащихся по предмету**  
**«Физическая культура»**



# Общие требования безопасности.

## Учащийся должен:

- пройти медицинский осмотр и заниматься в той медицинской группе, к которой он относится по состоянию здоровья;
- после болезни предоставить учителю справку от врача;
- присутствовать на уроке в случае освобождения врачом от занятий после болезни;
- иметь коротко остриженные ногти;



# Общие требования безопасности.

Учащийся должен:

- иметь опрятную спортивную форму (шорты, майку, футболку, спортивный костюм, трико, чистую обувь – кеды, кроссовки), соответствующую погодным условиям и теме проведения занятия;
- выходить из раздевалки по первому требованию учителя;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и использовать его по назначению;
- знать и выполнять инструкцию по мерам безопасности.



# Общие требования безопасности.

## Учащимся 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 урока;
- заниматься на непросохшей площадке, скользком и неровном грунте.



# 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 (серьги, часы, браслеты и т.д.);
- убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы;
- под руководством учителя приготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;
- с разрешения учителя выходить на место проведения занятия;
- по команде учителя встать в строй для общего построения

# Требования безопасности во время занятий.



## Учащийся должен:

- **внимательно слушать и чётко выполнять задания учителя;**
- **брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения учителя;**
- **во время передвижений смотреть вперёд, соблюдать достаточные интервал и дистанцию, избегать столкновений;**
- **выполнять упражнения с исправным инвентарём и заниматься на исправном оборудовании**

# Требования безопасности во время занятий.

## Учащимся нельзя:

- покидать место проведения занятия без разрешения учителя;
- толкаться, ставить подножки в строю и движении;
- залезать на баскетбольные формы, 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.



# Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

**Учащийся должен:**



- при получении травмы или ухудшения 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 в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством учителя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;

# Требования безопасности по окончании занятий.

## Учащийся должен:

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



# Повторим?

**Что должен знать и выполнять каждый школьник?**

**Какая спортивная форма должна быть у ученика?**

**Почему необходимо внимательно слушать учителя и выполнять его требования?**

**Как вы поступите при получении травмы или при ухудшении самочувствия?**





**Повторим?**

**Что категорически нельзя делать на уроках физической культуры?**

**Почему нельзя без разрешения брать спортивный инвентарь?**

**Что должны сделать школьники после окончания занятия?**

## Использованы:

- типовые инструкции по мерам безопасности для учащихся по предмету «Физическая культура»;

- фотоархив МБУ 69 г. Тольятти;

- картинки - анимации «Спорт»:

<http://animashky.ru/index/0-19?9>

[http://school-ppt.3dn.ru/index/kartinki\\_animashki\\_sport/0-22](http://school-ppt.3dn.ru/index/kartinki_animashki_sport/0-22)

