

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.



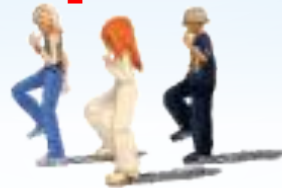
Учащийся должен:

- **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;
- организованно 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

