

Частное общеобразовательное учреждение
«Барнаульская классическая школа»

УТВЕРЖДЕНО

Директор ЧОУ «Барнаульская
классическая школа»

_____/А.А. Паутова/

Приказ № 114-осн от 06.06.2025

Вводный инструктаж № 5 для обучающихся на уроках физической культуры

1. Общие положения

1.1. Настоящий вводный инструктаж разработан в соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Федеральным законом № 273-ФЗ от 29.12.2012г "Об образовании в Российской Федерации" и иными нормативно-правовыми актами, Правилами внутреннего распорядка обучающихся ЧОУ «Барнаульская классическая школа» (далее- общеобразовательное учреждение).

1.2. К занятиям физкультурой допускаются обучающиеся, прошедшие настоящий вводный инструктаж, медицинский осмотр, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья и усвоившие основные требования безопасного выполнению работ со спортивным оборудованием и инвентарем.

1.3. К урокам физической культуры допускаются обучающиеся, имеющие допуск врача (основная и подготовительная группа здоровья). После болезни учащийся обязан предоставить учителю справку из медицинского учреждения. Обучающиеся, имеющие освобождение от занятий по физкультуре, обязаны присутствовать на уроке.

1.4. Данный инструктаж составлен для обучающихся в целях обеспечения охраны здоровья и безопасных условий обучения на уроках и дополнительных занятиях по физической культуре в образовательном учреждении.

1.5. Проведение вводного инструктажа на уроке физкультуре в спортзале регистрируют в журнале инструктажа обучающихся по технике безопасности (ТБ) с подписью инструктируемого и инструктирующего. Дата регистрации вводного инструктажа в специальном журнале должна совпадать с записью о проведении данных инструктажей в классном журнале.

1.6. Вводный инструктаж проводится с обучающимися на первом уроке физкультуры в спортзале или на спортивной площадке в начале учебного года, а также с вновь прибывшими обучающимися школы в течение учебного года. Учителю физкультуры вводный инструктаж рекомендуется проводить с использованием современных демонстрационных средств обучения, а также наглядных учебных пособий.

2. Общие требования безопасности на уроках физкультуры

2.1. Школьники обязаны иметь на уроках спортивную форму и чистую спортивную обувь. Спортивная форма должна соответствовать температуре в спортивном зале и погодным условиям (при занятиях на спортивной площадке).

2.2. Каждый учащийся должен соблюдать правила личной гигиены.

2.3. Во время проведения занятий по физкультуре вероятно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при падении на твердом покрытии или грунте;
- травмы при нахождении в секторе броска;
- травмы вследствие плохой разминки;
- травмы при столкновении;

- травмы при нарушении правил спортивных игр;
- травмы при нарушении правил обращения со спортивным инвентарем и спортивным оборудованием, правил техники выполнения упражнений.

2.4. Во избежание несчастных случаев, обучающимся следует внимательно ознакомиться с правилами безопасности на занятиях физической культурой и строго соблюдать их выполнение.

2.5. Обучающиеся должны спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, входить и выходить из спортивного зала, раздевалок.

2.6. Присутствие обучающихся на занятиях в спортивном зале и на спортивной площадке допустимо только в присутствии учителя физической культуры.

2.7. Запрещается загромождать проходы в раздевалках портфелями, сумками, передвигать скамейки.

2.8. Запрещено обучающимся приносить посторонние предметы на занятия физкультурой, чтобы не отвлекать и не травмировать одноклассников.

2.9. Не выносить из спортивного зала, без инструкции учителя, любой спортивный инвентарь.

2.10. Во время проведения занятия по физкультуре необходимо соблюдать тишину, быть внимательным и дисциплинированным на уроке, точно выполнять указания учителя.

2.11. Запрещается без разрешения учителя физкультуры начинать самостоятельное выполнение упражнений на спортивных снарядах, играть в спортивные игры, осуществлять упражнения, не имеющие отношения к теме урока.

2.12. При получении травмы, а также при плохом самочувствии обучающиеся должны немедленно сообщить об этом учителю физической культуры.

3. Требования безопасности перед началом занятия по физкультуре

3.1. Перед уроком физической культуры обучающиеся переодеваются в автономных раздевалках (мужской, женской).

3.2. В спортивной раздевалке запрещается вставать на скамейки, мусорить, грубо вести себя по отношению к другим обучающимся. В случае возникновения конфликтной ситуации обучающиеся должны сообщить об этом учителю физкультуры.

3.3. Перед началом урока необходимо снять часы, булавки, кольца и другие украшения, причесать волосы так, чтобы они не мешали занятиям.

3.4. Убрать из карманов спортивной формы все посторонние предметы. Убрать мобильные телефоны в безопасное место.

3.5. Под руководством учителя физкультуры подготовить спортивный инвентарь, необходимый для проведения урока.

3.6. Урок начинается по звонку с построения в спортивном зале (спортивной площадке).

3.7. Если занятия проводятся на улице, обучающиеся выходят из помещения в сопровождении учителя физкультуры.

4. Требования безопасности на уроке физкультуры

4.1. В подготовительной части урока обучающиеся получают сведения о безопасной организации занятий, о приёмах и методах безопасного выполнения упражнений, спортивных заданий.

4.2. В течение урока физкультуры обучающиеся должны придерживаться следующих правил:

- внимательно слушать и четко выполнять указания учителя;
- начинать упражнения с разрешения учителя физической культуры;
- начинать занятия с разминки;
- выполнять упражнения только на исправных снарядах;
- не выполнять упражнения без страховки;
- не покидать самовольно место занятий;

- не выполнять другие действия без разрешения учителя физкультуры.
- 4.3. В течение урока обучающиеся обучаются приёмам и методам страховки и самостраховки при выполнении упражнений. Перед выполнением сложных упражнений выполнять подготовительные, подводящие, специальные упражнения.
- 4.4. На уроках физкультуры обучающиеся обязаны выполнять только те упражнения, которые разрешил выполнять учитель.
- 4.5. Брать спортивный инвентарь, находящийся в спортивном зале или тренерской комнате, разрешается только с разрешения учителя.
- 4.6. Во время выполнения упражнений с мячами (теннисный, волейбольный, баскетбольный, футбольный, набивной) учащийся обязан контролировать падение мяча, чтобы избежать умышленного травмирования других детей.
- 4.7. Во время выполнения задания находится на отведенном для этого месте (во время бега, бегать по своей дорожке; во время зарядки стоять на своем месте, на безопасном расстоянии от соседа и т.д.).
- 4.8. Во время передвижений смотреть вперед, соблюдать дистанцию, избегать столкновений, избегать резкого изменения направления своего движения.
- 4.9. Во время занятий на улице, категорически запрещено покидать спортивную площадку, где проходит урок и тем более территорию школы.
- 4.10. На занятиях физкультуры запрещается жевать жевательную резинку, принимать какую-либо пищу.
- 4.11. При обнаружении поломок спортивного оборудования, обучающиеся должны немедленно сообщить учителю физкультуры.
- 4.12. В случае переутомления или плохого самочувствия, учащийся должен прекратить занятия и, предварительно уведомив учителя физкультуры, обратиться в медицинский пункт школы.

5. Требования безопасности в аварийных ситуациях на уроках физкультуры

- 5.1. При получении травмы, немедленно сообщить учителю физкультуры.
- 5.2. В случае возникновения аварийных ситуаций необходимо сохранять спокойствие, четко выполнять инструкцию учителя физкультуры и его по указанию, быстро и без паники, покинуть спортивный зал или спортивную площадку.
- 5.3. При внезапном заболевании, либо плохом самочувствии, сообщить учителю физической культуры.
- 5.4. Обо всех поломках спортивных снарядов и спортивного инвентаря оперативно сообщать учителю физкультуры, не пытаться починить самостоятельно.

6. Требования безопасности по окончании занятия по физкультуре

- 6.1. Урок физкультуры заканчивается построением, на котором подводятся его итоги.
- 6.2. При необходимости и с только по инструкции учителя обучающиеся убирают спортивный инвентарь.
- 6.3. После разрешения учителя обучающиеся организованно, спокойным шагом покидают спортзал (спортивную площадку) и расходятся по раздевалкам.
- 6.4. После физической нагрузки ученикам не рекомендуется пить холодную воду во избежание простудных заболеваний.
- 6.5. После занятия обучающиеся должны переодеться в раздевалке.
- 6.6. В раздевалке дети должны вести себя тихо, не кричать, не мешать другим обучающимся.
- 6.7. После занятий вымыть с мылом руки и умыться.

Вводный инструктаж разработал зам. директора по УВР Жукова Ю.С.