

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение средняя общеобразовательная школа №28 имени Героя России С.Н.Богданченко станицы Вознесенской муниципального образования Лабинский район

«СОГЛАСОВАНО»

Председатель ППО МОБУ СОШ
№28 им.Героя России
С.Н.Богданченко ст.Вознесенской
Лабинского района

_____ И.Е.Мацкевич
«12» января 2023г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор
МОБУ СОШ №28 им.Героя России
С.Н.Богданченко ст.Вознесенской
Лабинского района

_____ Н.В.Шматова
«12» января 2023 г.

ИНСТРУКЦИЯ № ТБу - 10 **по технике безопасности для учащихся** **на спортивной площадке, стадионе**

I. Общие требования безопасности.

1.К занятиям на спортивной площадке, стадионе допускаются:

- Учащиеся 1-11х классов, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие медицинских противопоказаний для занятий физкультурой;
- Прошедшие инструктаж по технике безопасности;
- Ознакомленные с правилами безопасности при использовании всех видов спортивного оборудования площадки;
- Одетые в спортивную одежду и обувь, имеющие подогнанное спортивное снаряжение, соответствующие виду спортивных упражнений и погодным условиям. При проведении занятий на спортивной площадке стадионе учащиеся обязаны соблюдать правила внутреннего распорядка учащихся.

факторами при занятиях на спортивной площадке являются:

- **Физические** (спортивные снаряды, оборудование, приспособления и инвентарь);
- **Химические** (пыль).

О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить лицу, проводящему занятия.

Учащимся запрещается без разрешения лица, проводящего занятия, выполнять физические упражнения.

II. Требования безопасности перед началом занятий.

Надеть спортивную форму и обувь, соответствующие виду занятий и погодным условиям. Обувь должна быть на нескользкой подошве.

Убедиться в:

- Отсутствии посторонних предметов на спортивной площадке.

Запрещается приступать к занятиям:

- непосредственно после приёма пищи;
- после больших физических нагрузок;
- при незаживших травмах и общем недомогании.

III. Требования безопасности во время занятий.

Во время занятий учащийся обязан:

- соблюдать настоящую инструкцию;
- неукоснительно выполнять все указания учителя;
- начинать и заканчивать занятия строго по команде учителя, проводящего занятия;
- при групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке;
- во избежание столкновений исключить резкую остановку;
- использовать спортивное оборудование и инвентарь только с разрешения и под руководством лица, проводящего занятия;
- избегать столкновений с другими учащимися и спортивным оборудованием;
- перед выполнением упражнений убедиться в отсутствии людей и животных в опасной зоне;
- выполнять требования техники безопасности при выполнении конкретных физических упражнений.

Учащимся запрещается:

- пользоваться неисправным спортивным оборудованием и снарядами;
- выполнять упражнения без необходимой страховки;
- выполнять упражнения на гимнастических снарядах с влажными ладонями;
- самостоятельно осуществлять переход к другому виду физических упражнений;
- покидать спортивную площадку без разрешения учителя;
- выполнять любые действия без разрешения лица, проводящего занятия;
- использовать спортивное оборудование и инвентарь не по прямому назначению;
- производить самостоятельно разборку, сборку и ремонт спортивных снарядов и оборудования.

IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

При возникновении во время занятий болей в суставах, мышцах, появлении покраснения кожи и (или) потёртостей руках или ногах, а также при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю и действовать в соответствии с его указаниями.

При возникновении чрезвычайных ситуации (обнаружении неисправности спортивных снарядов и (или) приспособлений, появлении посторонних запахов, задымлении, и т.п.) немедленно сообщить об этом учителю, проводящему занятия и действовать в соответствии с его указаниями.

При получении травм сообщить об этом учителю.

V. Требования безопасности по окончании занятий.

Сдать полученный инвентарь и (или) приспособления учителю.

С разрешения учителя, проводящего занятия, пройти в раздевалку.

При обнаружении неисправности спортивного оборудования; наличии на площадке посторонних предметов проинформировать об этом учителя.

Зам.директора по ВР _____ Г.С.Ольшанская
 Специалист по ОТ _____ Р.С.Налапко