Муниципальное общеобразовательное учреждение Иркутского районного муниципального образования «Никольская средняя общеобразовательная школа»
(МОУ ИРМО «Никольская СОШ»)
664544, Иркутская область Иркутский район село Никольск, пл. Комсомольская, здание 13
shkola.nickolskaya@yandex.ru
Тел. 692-189

Согласовано
Профсоюзным комитетом
МОУ ИРМО «Никольская СОШ»
Председатель
_____/ А. Ю. Маркова/
Протокол № 3 от «24» мая 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Специалист по охране труда
_____ /Е.О.Юрьева/

«25» мая 2023г.

Утверждаю:
Директор МОУ ИРМО «Никольская СОШ»
_____ И. Н. Куликова

(Приказ № ОД-143/1 от «25» мая 2023г.).

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИРКУТСКОГО РАЙОННОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "НИКОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"

Подписан: МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИРКУТСКОГО РАЙОННОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "НИКОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
DN: C=RU, S=Иркутская область, STREET="Комсомольская площадь, здание 13", L=с. НИКОЛЬСК, T=Директор, O="МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИРКУТСКОГО РАЙОННОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ "" НИКОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА""", ОГРН=1033802457886, СНИЛС=06570653170, ИНН ЮЛ=3827011822, ИНН=382700209402, E=admmishairkraion@gmail.com, G=Ирина Николаевна, SN=Куликова, CN="МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ИРКУТСКОГО РАЙОННОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ""НИКОЛЬСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"""
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение:
Дата: 2024-03-03 13:53:25
Foxit Reader Версия: 9.0.0

Инструкция
по охране труда для обучающихся на уроках физической культуры
№131

1. Общие положения инструкции по охране труда для обучающихся на занятиях физической культурой

1.1. Данная инструкция по охране труда разработана для обучающихся, занимающихся на уроках физической культуры в школе.

1.2. Обучающиеся в течение учебного года занимаются соответственно программы по физическому воспитанию для общеобразовательной организации.

Место занятий определяется согласно программному материалу, погодным условиям, целям и задачам урока:

I, IY четверть - лёгкая атлетика

место занятий: два футбольных стадиона, беговая дорожка (длиной 200 м), баскетбольная и две волейбольные площадки;

II, III четверть - спортивные игры, гимнастика

место занятий: спортивный зал, тренажёрная комната, хореографический класс.

1.3. Обучающиеся допускаются к урокам физической культуры после прохождения профилактического медицинского осмотра и распределяются по трём медицинским группам:

- основная медицинская группа;
- подготовительная медицинская группа;
- специальная медицинская группа.

Обучающиеся специальной медицинской группы на основании справок ВКК, занимаются в группах лечебной физкультуры согласно расписанию.

1.4. На первых уроках каждой четверти обучающиеся проходят инструктаж по охране труда, о чём делается запись в соответствующем журнале учёта проведения инструктажа по охране труда.

1.5. Учитель физической культуры знакомит с программным материалом данной четверти, с требованиями к уроку, к спортивной форме, с санитарно-гигиеническими нормами, с требованиями к дисциплине и организации обучающихся на уроке.

1.6. В течение учебного процесса проводится текущий инструктаж по охране труда с целью ознакомления обучающихся со способами предупреждения травм, правилами контроля за

выполняемыми тренировочными нагрузками, страховки и самостраховки на уроках физкультуры перед каждым новым разделом программы, о чём делается запись в соответствующем журнале учёта проведения инструктажа по охране труда.
1.7. Во время занятий обучающиеся находятся на уроке в спортивной форме и обуви установленного образца с учётом всех санитарно-гигиенических норм и правил. Урок начинается и заканчивается по звонку согласно расписанию.
1.8. Обучающиеся соблюдают инструкцию по охране труда для обучающихся на занятиях физической культурой, а также требования санитарных норм и правила личной гигиены.
1.9. Обучающиеся, допустившие нарушение правил данной инструкции, отстраняются от занятий физкультуры и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж.

2. Требования техники безопасности перед началом занятия гимнастикой на уроке физкультуры
2.1. Перед началом каждой новой темы, учитель физической культуры проводит инструктаж обучающихся, обучает безопасным правилам проведения упражнения, вида деятельности, о чём делается запись в соответствующем журнале учёта проведения инструктажа по охране труда.
2.2. На перемене обучающиеся переодеваются в автономных раздевалках (мужской, женской). Перед началом урока необходимо снять часы, булавки, кольца и другие украшения, причесать волосы так, чтобы они не мешали занятиям. Ногти должны быть острижены.
2.3. Урок начинается по звонку с построения.
2.4. Обучающиеся, не готовые к уроку по болезни, или другой причине, присутствуют на занятии в сменной обуви (если урок проводится в зале).
2.5. Обучающиеся, пришедшие на урок после болезни, допускаются к занятиям только с разрешения врача.
2.6. Учитель физкультуры сообщает обучающимся о безопасной организации занятий, о приёмах и методах безопасного выполнения упражнений, о правилах использования специального спортивного оборудования, инвентаря.
2.7. Учитель физкультуры предупреждает о возможных опасных и неправильных способах выполнения задач, которые запрещено применять на уроках физкультуры.
2.8. Учитель физической культуры перед занятиями напоминает обучающимся правила обращения со спортивным инвентарём: мячами, скакалками, гимнастическими палками, обручами, гранатами для метания.
2.9. Учитель физической культуры напоминает обучающимся о правильной эксплуатации тренажёрных станков и спортивных снарядов.

3. Требования безопасности на уроке физкультуры во время занятий обучающихся
3.1. На уроках физической культуры обучающиеся выполняют программные упражнения и сдают учебные нормативы, согласно которым получают текущие, итоговые и четвертные оценки.
3.2. В подготовительной части урока обучающиеся получают сведения о безопасной организации занятий, о приёмах и методах безопасного выполнения упражнений, спортивных заданий.
3.3. <u>В течение урока обучающиеся должны придерживаться следующих правил:</u>
- не начинать занятий без разрешения учителя;
- не начинать занятия без разминки;
- не выполнять упражнения на неисправных снарядах;
- не выполнять упражнения без страховки;
- не покидать самовольно место занятий;
- не выполнять другие действия без разрешения учителя;
- соблюдать правила и нормы поведения;

- не нарушать требований дисциплины обучающихся в школе (не курить в спортивных помещениях и на спортплощадках; не приносить взрывоопасные и отравляющие вещества).

3.4. В течение урока обучающиеся обучаются приёмам и методам страховки и самостраховки при выполнении упражнений. Перед выполнением сложных упражнений выполнять подготовительные, подводящие, специальные упражнения.

3.5. В случае переутомления или плохого самочувствия, обучающийся должен прекратить занятия и предварительно уведомив учителя физкультуры, обратится в медицинский пункт школы.

4. Требования охраны труда по окончании занятия физической культурой

4.1. Урок заканчивается построением, на котором подводятся его итоги, сообщаются оценки, выдаётся домашнее задание, после чего обучающиеся организованно, строем покидают спортивную площадку и расходятся по раздевалкам.

4.2. Обучающиеся организованно, строем покидают спортивный зал или спортивную площадку и расходятся по раздевалкам.

5. Требования безопасности в аварийных ситуациях на уроках физкультуры

5.1. При выявлении фактов угрозы жизни и здоровью работников и обучающихся (заболевании, травме, несчастном случае), учитель физической культуры сразу докладывает в медицинскую службу школы, дежурному администратору, директору школы.

5.2. <u>В процессе работы предупреждать возникновение аварийных ситуаций:</u>

- не курить в спортивных помещениях, раздевалках, на территории школы;
- не приносить отравляющие вещества и не распылять их в раздевалках, спортивных помещениях, на территории школы;
- не приносить взрывоопасные вещества.

5.3. <u>При возникновении аварийных ситуаций:</u>

- сообщить администрации, директору;
- сообщить пожарной охране (тел. 101);
- принять меры по эвакуации обучающихся из помещения;
- отключить электросеть.

6. Требования по оказанию первой помощи обучающимся на уроках физкультуры

6.1. <u>При переломах:</u>

а) уменьшить подвижность обломков, в месте перелома - наложить шину. При открытых переломах - остановить кровотечение, положить стерильную повязку и шину.

При переломах позвоночника - транспортировка на животе с подложенным под грудь валиком.

6.2. <u>При поражении электрическим током:</u>

а) немедленно прекратить действие электрического тока, выключив рубильник, сняв с пострадавшего провода сухой тряпкой.

Оказывающий помощь должен обезопасить себя, обернув руки сухой тканью, встав на сухую доску или толстую резину.

б) на место ожога наложить сухую повязку;

в) тёплое питьё;

г) при расстройстве или остановке дыхания пострадавшему проводить искусственное дыхание.

6.3. <u>При вывихах:</u>

а) наложить холодный компресс;

б) сделать тугую повязку.

6.4. <u>При обмороке:</u>

а) уложить пострадавшего на спину с несколько запрокинутой назад головой и приподнятыми нижними конечностями;

б) обеспечить доступ свежего воздуха;
в) расстегнуть воротник, пояс, одежду;
г) привести в сознание;
д) когда больной придёт в сознание - горячее питьё.

6.5. При термических ожогах:

а) потушить пламя, накинув на пострадавшего одеяло, ковёр и т.д., плотно прижав его к телу;
б) разрезать одежду;
в) поместить обожжённую поверхность под струю холодной воды;
г) наложить стерильную повязку;
д) согревание пострадавшего, питьё горячего чая.

6.6. При отравлении:

а) дать выпить несколько стаканов слабого раствора марганцево-кислого калия;
б) вызвать искусственную рвоту;
в) обложить грелками, дать горячий чай.

6.7. При сотрясении головного мозга:

а) уложить на спину с приподнятой на подушке головой;
б) на голову положить пузырь со льдом.

6.8. Кровотечения при ранениях:

а) придать повреждённой поверхности приподнятое положение;
б) наложить давящую повязку;
в) при кровотечении из крупной артерии - предварительно придавить артерию пальцем выше места ранения;
г) наложить жгут.

6.9. При кровотечении из носа:

а) доступ свежего воздуха;
б) наклонить голову слегка вперед, прижать крылья носа;
в) холод на область переносицы;
г) введение в ноздрю ваты.

6.10. Повреждение органов брюшной полости:

а) положить на спину, подложив в подколенную область свёрток одежды и одеяла;
б) положить на живот пузырь со льдом.

Инструкцию разработал: _____ /_____/

Лист ознакомления с инструкцией по охране труда
для обучающихся на уроках физической культуры
№131

№ п/п	Ф.И.О.	Должность	Подпись	Дата