

Принято:
Педагогическим советом
Протокол № 3
от 28.08.2015 г.

Утверждают:
И.О. директора МБОУ « ЦО с. Конергино»
Чагдуров /Б.В. Чагдуров/
Приказ № 01-09-97 ОД от 28.08.2015 г.



ПОЛОЖЕНИЕ
о технике безопасности при занятиях физкультурой и спортом
в МБОУ «ЦО с. Конергино»

1. Настоящее положение о технике безопасности при занятиях физкультурой и спортом является обязательным при организации и проведении учебных, внеклассных занятий по физической культуре и спорту в МБОУ «ЦО с. Конергино». Положение составлено на основе нормативно-правовых документов, регламентирующих создание условий безопасности для здоровья и жизни обучающихся при осуществлении образовательной деятельности, а так же при организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий:

Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ;

Федеральный закон от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»;

постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 г. № 189 г. «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (СанПиН 2.4.2.2821-10);

приказ Минобрнауки России от 6 октября 2009 г. № 373 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования» (зарегистрирован Министром России, регистрационный № 15785 от 22 декабря 2009 г.);

приказ Минобрнауки России от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (зарегистрирован Министром России, регистрационный № 19644 от 1 февраля 2011 г.);

приказ Минздравсоцразвития России от 26 августа 2010 г. № 761н «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих, раздел «Квалификационные характеристики должностей работников образования» (зарегистрирован Министром России, регистрационный № 18638 от 6 октября 2010 г.); методические письма:

письмо Минобрнауки России от 28 декабря 2011 г. № 19-337 о методических рекомендациях «Введение третьего часа физической культуры в недельный объем учебной нагрузки обучающихся общеобразовательных учреждений Российской Федерации»;

письмо Минобрнауки России от 25 ноября 2011 г. № 19-299 «О разработке учебных программ по предмету «Физическая культура» для общеобразовательных учреждений»;

письмо Минобрнауки России от 30 мая 2012 г. № МД-583/19 «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья»;

письмо Минобрнауки России от 29 марта 2010 г № 06-499 «О проведении мониторинга физического развития обучающихся»;

письмо Министерства образования России от 27 ноября 1995 г. № 1355/1 1 «О занятиях в зимний период времени».

2. Административный, педагогический и медицинский персонал МБОУ «ЦО с.Конергино» должен руководствоваться настоящим положением, знать и соблюдать его правила в практической деятельности по физическому воспитанию учащихся и при занятиях с ними спортом.

3. На администрацию школ возлагается ответственность за исправность спортивного инвентаря и оборудования, в соответствии с санитарно-гигиеническими условиями требований, предъявляемых к месту проведения занятий настоящим положением.

4. На медицинский персонал возлагается ответственность за проведение в установленном порядке лечебно-профилактических мероприятий, содействующих сохранению здоровья учащихся, а также осуществление санитарного надзора за местами и условиями проведения учебно-воспитательного процесса по физической культуре.

5. Решение о невозможности проведения спортивных мероприятий на открытом воздухе в связи с метеорологическими условиями выносится местными органами.

6. Разрешение на проведение занятий по физкультуре в школе выдаётся комиссией образовательного учреждения при приёме школы к новому учебному году. Разрешение оформляется актом.

7. Проведение занятий с применением неисправного оборудования или спортивного инвентаря, без специальной спортивной одежды не допускается.

8. Учитель физической культуры или лицо, проводящее занятие по физическому воспитанию по внешкольной работе, несут прямую ответственность за охрану жизни и здоровья учащихся и обязаны:

- перед началом занятий провести тщательный осмотр места проведения занятия, убедиться в исправности спортивного инвентаря, надёжности установки и закрепления оборудования, в соответствии с санитарно-гигиеническими условиями требований, предъявленных к месту проведения занятий настоящим положением, инструктировать школьников о порядке, последовательности и мерах безопасности при выполнении физических упражнений;

- обучать школьников безопасным приёмам выполнения физических упражнений и следить за соблюдением мер безопасности, при этом строго придерживаться принципов доступности и последовательности обучения;

- по результатам медицинских осмотров знать физическую подготовленность и функциональные возможности каждого учащегося, в необходимых случаях обеспечить страховку;

- при появлении у школьника признаков утомления или при жалобе на недомогание и плохое самочувствие немедленно направлять его к врачу;

- после окончания занятий тщательно осмотреть место проведения занятий, убедиться в отсутствии напряжения в электросети и устраниТЬ обнаруженные недостатки.

9. Перед проведением первого урока в новом учебном году учитель физической культуры обязан провести инструктаж по мерам безопасности с учениками. Инструктажи по охране труда с обучающимися проводятся в следующем порядке:

- вводный инструктаж проводится с вновь прибывшими школьниками один раз за всё время обучения;

- инструктаж на рабочем месте (первое занятие в I четверти в сентябре и первое занятие в III четверти);

10. Порядок действий в случае, если учащийся во время учебного процесса получил травму:

- оказать первую медицинскую помощь;
- доставить пострадавшего в лечебное учреждение;

- немедленно сообщить о несчастном случае руководителю учреждения (дежурному администратору) и родителям пострадавшего;
- при необходимости - принять участие в расследовании несчастного случая.

Приложение 1

Правила безопасности при занятиях физическими упражнениями

Общие правила безопасности для всех видов занятий

1. Соблюдение дисциплины в ходе занятий (при выполнении с товарищами по классу быть внимательными и осторожными, не мешать друг другу, не толкаться, не кричать).
2. Следить за расписанием учебных занятий, на урок приходить без опоздания.
3. Заниматься только с учителем, обязательно выполнять все его требования (запрещается без педагога выполнять сложные и неизвестные упражнения).
4. Обязательное выполнение разминки, способствующей разогреванию основных групп мышц.
5. Не покидать без разрешения учителя место занятий.
6. Выполнение упражнений только на исправном оборудовании; бережно относиться к инвентарю и оборудованию; закончив выполнение упражнений с инвентарём (мячи, палки, скакалки) класть его в место его хранения (специально отведённое место).
7. Соответствие спортивной одежды и обуви занятиям физической культурой, погодным и другим условиям. Обувь должна быть чистой и с нескользкой подошвой.
8. Одежду и обувь для физической культуры необходимо приносить с собой в сумке (пакете). Перед тем, как приступить к занятиям необходимо, надеть спортивный костюм и обувь. После окончания занятий необходимо снять спортивный костюм и обувь, надеть школьную форму (или другую одежду и обувь), вымыть лицо и руки с мылом.
9. На спортивной площадке и в зале не сорить, следить за чистотой.
10. Участие в занятиях только при хорошем самочувствии.
11. Все освобождённые от занятий физическими упражнениями по состоянию здоровья, должны присутствовать на уроке.
12. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности.

Требования безопасности во время занятий лёгкой атлетикой

- При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке (прямо). Дорожка должна продолжаться не менее 15 м. за финишной отметкой.
- Во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановку.
- Во время бега не толкаться, не ставить подножки.
- Перед выполнением упражнений по метанию просмотреть, нет ли людей в секторе для метания.
- Не производить метания без разрешения учителя, не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.
- Не стоять справа от метающего, не находиться в зоне броска, не ходить за снарядами для метания без разрешения учителя.
- Не подавать снаряд (мяч, гранату) для метания друг другу броском.
- Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, не приземляться при прыжках на руки.
- Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме - месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.

➤ При выполнении прыжков в длину и в высоту с разбега потоком (друг за другом) соблюдать определённую дистанцию, начинать разбег лишь после того, как впереди прыгающий покинет место приземления (прыжковую яму), не перебегать дорогу выполняющему разбег, не оставлять в прыжковой яме лопаты, грабли, другой инвентарь.

Требования безопасности во время занятий гимнастикой

- ◆ Перед занятием необходимо проверить надёжность крепления перекладины, крепления опор гимнастического коня и козла, крепления стопорных винтов брусьев.
- ◆ В местах соскоков со снарядов положить необходимое количество гимнастических матов так, чтобы их поверхность была ровной, между матами не было щелей.
- ◆ Запрещается выполнять опорные прыжки, а так же упражнения на других гимнастических снарядах без страховки.
- ◆ Запрещается спускаться вниз по канату или шесту соскальзыванием.
- ◆ Запрещается находиться вблизи гимнастического снаряда, если на нём работает другой ученик (допускается быть только страховщиком).
- ◆ При выполнении акробатических упражнений строго выполнять заданный учителем интервал и дистанцию.
- ◆ При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая.

При проведении подвижных игр необходимо

- ✓ Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) руководителя занятий.
- ✓ Строго соблюдать правила проведения подвижных игр.
- ✓ Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.
- ✓ При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
- ✓ Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя занятий.

Требования безопасности при проведении игр по баскетболу, футболу, волейболу

- Необходимо снять все украшения (кольца, браслеты, серьги и др.). Ногти на руках должны быть коротко острижены.
- Проверить исправность и надёжность спортивного инвентаря и оборудования (мячи, стойки, кольца, сетки, состояние спортивных площадок и футбольного поля и т.д.).
- Начинать игру и заканчивать только по сигналу (команде) судьи.
- Не нарушать правил проведения соревнований, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые судьёй игры.
- Избегать столкновений с другими участниками соревнований (партнёрами по команде или соперниками), не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам.
- При падении необходимо сгруппироваться во избежание травмы.
- Во время проведения игры на спортивной площадке или футбольном поле не должно быть посторонних лиц и предметов, которые могут стать причиной травм. Все выступающие предметы должны быть заставлены гимнастическими матами или ограждены.

Техника безопасности на занятиях по лыжной подготовке

1. Требования безопасности перед началом занятий

- ◆ Надеть легкую, теплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки и перчатки или варежки.
- ◆ Проверить исправность лыжного инвентаря и подогнать крепление лыж к обуви. Лыжные ботинки должны быть подобраны по размеру ноги.
- ◆ Проверить подготовленность лыжни или трассы, отсутствие в месте проведения занятий опасностей, которые могут привести к травме.

2. Требования безопасности во время занятий

- ❖ Соблюдать интервал при движении на лыжах по дистанции 3-4 м, при спусках с горы - не менее 30 м.
- ❖ При спуске с горы не выставлять вперед лыжные палки.
- ❖ После спуска с горы не останавливаться у подножия горы во избежание столкновений с другими лыжниками.
- ❖ Следить друг за другом и немедленно сообщить учителю (преподавателю, воспитителю) о первых же признаках обморожения.
- ❖ Во избежание потертостей ног не ходить на лыжах в тесной или слишком свободной обуви.

3. Требования безопасности в аварийных ситуациях

- ❖ При поломке или порче лыжного снаряжения и невозможности починить его в пути, сообщить об этом учителю (преподавателю, воспитителю) и с его разрешения двигаться к месту расположения учреждения.
- ❖ При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии сообщить об этом учителю (преподавателю, воспитителю).
- ❖ При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

4. Требования безопасности по окончании занятий

- ❖ Убрать инвентарь в отведённое место.
- ❖ Переодеться в сухую одежду.

Техника безопасности при проведении занятий в тренажерном зале

- Проверить исправность и надежность установки и крепления всех тренажеров.
- Начинать выполнение упражнений на тренажерах и заканчивать их только по команде (сигналу) учителя (преподавателя, тренера).
- Не выполнять упражнения на неисправных, непрочно установленных и ненадежно закрепленных тренажерах.
- Соблюдать дисциплину, строго выполнять правила использования тренажеров, учитывая их конструктивные особенности.
- Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) учителя (преподавателя, тренера), самовольно не предпринимать никаких действий.
- Соблюдать установленные режимы занятий и отдыха.
- Привести в исходное положение все тренажеры, проверить их исправность.

Техника безопасности при проведении спортивных мероприятий

- ❖ Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.
- ❖ Во время спортивных соревнований участники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.
- ❖ При плохом самочувствии прекратить участие в спортивных соревнованиях и сообщить об этом судье соревнований.
- ❖ О получении травмы участником соревнований немедленно сообщить судье соревнований, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.