

ЗАТВЕРДЖУЮ

Школа І – ІІІ ступенів №132
міста Києва

Директор школи І-ІІІ ступенів №132
міста Києва

М. Савченко
2023р.

ІНСТРУКЦІЯ № 20

з безпеки життєдіяльності під час проведення занять у спортивному залі та на спортивних майданчиках

1. Загальні положення.

1.1. **Перед початком занять** спортивний зал повинен бути ретельно провітрений. Припливно-витяжні системи повинні знаходитись у робочому стані. Повинно бути забезпечено достатнє природне та штучне освітлення.

Для занять у спортивному залі та на спортивних майданчиках всі учні зобов'язані пройти медичний огляд.

1.2. На підставі даних про стан здоров'я і фізичний розвиток, учнів розподіляють для занять фізичними вправами на медичні групи: а) основну; б) підготовчу; в) спеціальну.

1.3. Учні, які не пройшли медичного огляду, до уроків фізичної культури не допускають.

1.4. Учні, тимчасово звільнені від занять, **зобов'язані** бути присутніми на уроках фізичної культури. При цьому допускається їх залучення вчителем до підготовки занять. Тимчасове звільнення від занять фізичними вправами допускається з дозволу медичного персоналу школи.

1.5. Після перенесення учнем хвороб, **необхідно взяти дозвіл на відвідування уроків фізичної культури у лікаря.**

2. Дії здобувачів освіти під час оголошення сигналу повітряної тривоги та інших надзвичайних ситуацій:

вдома: ідуть в найближче укриття та перебувають там до завершення повітряної тривоги, після завершення повітряної тривоги прямують до школи;

по дорозі в заклад освіти або з закладу освіти: прямують до найближчого укриття (станція метро «Теремки»);

у закладі освіти: під час сигналу «Увага! Повітряна тривога!» виконують інструкцію:

1. Слухають уважно вказівки вчителя.
2. Беруть свою тривожну валізу.
3. Не зволікають, залишають кабінет, зал, спортивний майданчик разом з іншими.
4. Заходять до укриття спокійно, без паніки, з учителем.
5. Дбають про власну безпеку та безпеку інших, контролюють свої рухи.
6. Швидко та обережно займають місце, визначене вчителем.
7. Не бігають та не кричать в укритті.
8. При необхідності звертаються за допомогою до вчителя, класного керівника.
9. Залишають укриття після сигналу «Відбій повітряної тривоги» з дозволу вчителя.
10. Повернувшись до класу, залу, спортивного майданчика налаштовуються на навчання;

у закладі освіти: під час сигналів «Увага! Замінування!», «Увага! Задимлення!» виконують інструкцію:

1. Слухають уважно вказівки вчителя.
2. Беруть свої речі.
3. Не зволікають, залишають заклад освіти разом з іншими відповідно до плану евакуації і прямують на вул. Теремківська та пр. Ак. Глушкова на відстань не менше 200 м від приміщення школи.
4. При необхідності звертаються за допомогою до вчителя, класного керівника.
5. Залишають місце перебування після усунення наслідків надзвичайної ситуації з дозволу вчителя.

б. Повернувшись до класу, залу, спортивного майданчика налаштовуються на навчання.

3. Без дозволу вчителя учням забороняється заходити у спортзал і перебувати у ньому.

Учні заходять у спортивний зал, виходять на спортивний майданчик у спортивному взутті та спортивній формі, відповідно до пори року і погодних умов. Заходити у спортивний зал у брудному взутті — забороняється.

3.1. Після дзвінка на урок, по команді вчителя, учні шикуються в спортивному залі, чи на спортмайданчику.

3.2. Без дозволу вчителя учням забороняється користуватися спортивним обладнанням та інвентарем.

3.3. Учні не дозволяється виконувати вправи на спортивних приладах (снарядах) без присутності й страхування вчителя, а також маючи на собі різного виду прикраси. Не дозволяється приносити речі, які не потрібні на уроці або заважають його проведенню.

3.5. Учні зобов'язані берегти шкільне спортивне обладнання та спортінвентар, не псувати його, не смітити, не приносити харчові продукти у спортзал.

3.6. Під час виконання вправ на спортивних приладах (снарядах) учні зобов'язані бути дисциплінованими, уважними, точно виконувати вказівки вчителя.

3.7. Без команди вчителя не переходити від одного приладу (снаряда) до іншого.

3.8. При виконанні вправ потоком необхідно дотримуватися належного інтервалу, не штовхатися, не зупинятися, не ставити підніжок.

3.9. Під час проведення занять із метання не можна перебувати в зоні кидка, перетинати цю зону. Не можна повертатися спиною до напрямку польоту об'єкта метання. Забороняється виконувати метання без дозволу і відома вчителя.

3.10. При виконанні вправ на спортивних приладах (снарядах) необхідно знаходитись на безпечній відстані від місця виконання, не заважаючи один одному, дотримуватись правил техніки безпеки та санітарно-гігієнічних вимог.

3.11. Забороняється користуватися несправним спортивним інвентарем та обладнанням.

3.12. Учні повинні вміти правильно виконувати вправи й страхувати один одного під час виконання фізичних вправ та елементів.

3.13. Учні зобов'язані підтримувати чистоту та порядок у спортзалі, роздягальнях, на спортмайданчику.

4. Учні зобов'язані попередити вчителя:

1) про наявність документів про звільнення після хвороби;

2) про погане самопочуття;

3) якщо вийшло з ладу спортивне обладнання;

4) про травмування під час уроку.

5. У випадку отримання травми слід попередити вчителя, надати медичну допомогу, якщо необхідно викликати швидку медичну допомогу по телефону 103, а у випадку пожежі — викликати пожежну службу по телефону 101.

6. Після закінчення уроку учні прибирають робоче місце, переодягаються й організовано виходять із спортивного залу.

Заступник директора з навчально-виховної роботи
(Посада керівника підрозділу – розробника)

Москун Н.В.

Узгоджено:

В.о. спеціаліста служби охорони праці закладу

Дідковська Н. В.

ПОГОДЖЕНО:

Голова ПК
школи І-ІІІ ступенів

№132 міста Києва

_____Склема Н.Л.

29.08.2023р.