


МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ШКОЛА «ПЕРСПЕКТИВА» г. ТОМСКА

СОГЛАСОВАНО

Председатель ППО МАОУ Школы  
«Перспектива»

  
Н.А. Трифонова

«31» 08 2018 г.

Протокол № \_\_\_\_\_



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ Школы «Перспектива»

  
И.Е. Сахарова

«08» 08 2018 г.

Приказ № \_\_\_\_\_



ИНСТРУКЦИЯ № 82  
по технике безопасности на спортплощадке, стадионе  
ИОТ – – 2018

**ИНСТРУКЦИЯ № \_\_\_\_\_**  
**технике безопасности на спортплощадке, стадионе**  
**ИОТ – – 2018**

**1. Общие требования безопасности**

- 1.1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, занимающихся на спортивной площадке или стадионе.
- 1.2. К занятиям физической культурой допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
- 1.3. На спортивной площадке заниматься только в спортивной одежде и обуви с нескользкой подошвой, при ветреной погоде одеть лёгкую куртку и шапочку.
- 1.4. Соблюдать личную гигиену (следить за чистотой тела, коротко остригать ногти).
- 1.5. Травмоопасность на спортивной площадке, стадионе:
  - 1.5.1. обморожения во время занятий лыжной подготовкой;
  - 1.5.2. при несоблюдении ТБ по лёгкой атлетике (травмирование рук, суставов, ушибы);
  - 1.5.3. при работе на неисправных и неподготовленных спортивных снарядах.

**2. Требования безопасности перед началом занятий**

- 2.1. Переодеться в спортивную одежду в раздевалке.
- 2.2. Не входить в спортивный зал без разрешения учителя или команды дежурного.
- 2.3. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, войти в спортзал.
- 2.4. Не включать самостоятельно электроосвещение.
- 2.5. Получить лыжи для занятий лыжной подготовкой.
- 2.6. Не выходить из спортзала на площадку без указания учителя.
- 2.7. Внимательно прослушать инструктаж по охране труда на данном занятии.

**3. Требования безопасности во время занятий**

- 3.1. Не приступать к выполнению упражнений и учебных заданий без команды учителя.
- 3.2. Не выполнять упражнения, не убедившись в их безопасности для себя и окружающих.
- 3.3. Соблюдать очерёдность прыжков в длину и высоту.
- 3.4. Не забывайте о подстраховке друг друга во время выполнения упражнений.
- 3.5. Нельзя метать мячи навстречу друг другу, в работе пары должен быть один мяч.
- 3.6. Не выполняйте упражнения, не предусмотренные заданием учителя.
- 3.7. Соблюдайте дисциплину и порядок на уроке.
- 3.8. Не уходите с занятий без разрешения учителя.
- 3.9. Перед выполнением упражнения убедитесь в отсутствии близко стоящих к снаряду учащихся.
- 3.10. Бег по кругу выполнять только в направлении против движения часовой стрелки.

**4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

- 4.1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратите занятия и сообщите об этом учителю.
- 4.2. В случае травматизма сообщите учителю, он окажет вам первую помощь.
- 4.3. При возникновении аварийных ситуаций (бури, ураганы, ливня, грозы), по указанию учителя быстро, без паники, покиньте спортивную площадку или стадион.

**5. Требования безопасности по окончании занятий**

- 5.1. Уходите со спортивной площадки по команде учителя спокойно, не торопясь.
- 5.2. Вымойте с мылом руки, умойтесь.

- 5.3. Снимите спортивную форму, обувь, используйте её только для занятий спортом.
- 5.4. О всех недостатках, замеченных вами во время занятий, сообщите учителю.

Инструкцию составил:  
Заместитель директора по безопасности

Д.Г. Синёв