

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 97»**

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «СОШ № 97»
_____ Е.И.Кадычкова
Приказ № 9 от «01» сентября 2020 год

**ИНСТРУКЦИЯ № 55
(ИОТ – 055-20)**

по охране труда для учителя физической культуры при проведении занятий по гимнастике

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям гимнастикой допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий по гимнастике учащиеся обязаны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по гимнастике учащиеся должны избегать воздействия следующих опасных факторов:

- травмы при выполнении упражнений на неисправных спортивных снарядах, а также при выполнении упражнений без страховки;
- травмы при выполнении упражнений на спортивных снарядах с влажными ладонями на загрязненных снарядах;
- травмы при выполнении гимнастических упражнений без использования гимнастических матов;
- травмы при выполнении упражнений без разминки.

Учащимся запрещается:

- бегать без разрешения учителя, открывать окна, фрамуги; толкать друг друга; кидать различные предметы друг в друга;
- трогать без разрешения учителя спортивное снаряжение.

Учащиеся обязаны:

- надеть спортивный костюм и спортивную обувь в раздевалке спортзала до начала урока;
- пройти инструктаж по охране труда перед уроками гимнастики;
- выполнять требования охраны труда и правил для учащихся на занятиях гимнастикой.

1.6. Учителю запрещается:

- оставлять без присмотра учащихся на уроке и на перемене;
- допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности на занятиях гимнастикой;
- использовать неисправное спортивное оборудование и инвентарь;
- ремонтировать неисправное электрооборудование самостоятельно.

Учитель обязан:

- пройти инструктаж по охране труда при проведении занятий по гимнастике;
- о возникших неполадках сообщить администрации школы;
- исключить из пользования непригодное оборудование;

Учителю запрещается:

- допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда на уроках по гимнастике;
- использовать непроверенное и неисправное оборудование;
- оставлять без присмотра учащихся на уроке и на перемене.

1.6. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Учитель обязан:

- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря, имеющегося в спортивном зале;
- исключить из пользования непригодное оборудование;
- в местах соскоков со снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной;
- проверить перед началом занятий одежду и обувь учащихся, ознакомиться с медицинскими показаниями,
- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину учащихся во время занятий и в процессе подготовки к ним на переменах;
- провести разминку.

2.2. Учителю запрещается:

- оставлять без присмотра учащихся на уроках и во время перемен;
- допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности при проведении занятий по гимнастике;
- использовать неисправное спортивное оборудование.

2.3. Учащиеся обязаны:

- надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой;
- пройти инструктаж по охране труда на занятиях гимнастикой;
- выполнять требования охраны труда и правила для учащихся на занятиях по гимнастике.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Учащиеся обязаны:

- соблюдать требования учителя и правила поведения на уроке;
- при выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая.
- при выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.

3.2. Учащимся запрещается:

- выполнять упражнения на спортивных снарядах без учителя, а также без страховки;
- выполнять упражнения на спортивных снарядах с влажными руками;
- стоять близко к спортивному снаряду при выполнении упражнений другим учеником.

3.3. Учитель обязан:

- обеспечить безопасное выполнение упражнений;
- при выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы между детьми во избежание столкновений;
- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря;
- обеспечить дисциплину на уроке и во время перемен;
- обеспечить показ выполнения упражнения перед его выполнением учеником и в случае необходимости страховку;
- допускать до занятий учащихся, имеющих медицинские противопоказания;
- оставлять без присмотра учащихся;
- использовать неисправное спортивное оборудование

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При появлении во время занятий боли в руках, покраснении кожи или потертостей на ладонях, а также при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю.

4.2. При получении травмы немедленно сообщить об этом учителю, который должен оказать первую помощь и сообщить об этом администрации и врачу гимназии.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Убрать спортивный инвентарь в отведенное для хранения место.

5.2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.3. Тщательно вымыть руки и лицо с мылом.