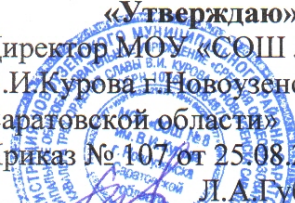


«Утверждаю»
Директор МОУ «СОШ №8 им.
В.И.Курова г.Новоузенска
Саратовской области»
Приказ № 107 от 25.08.2020г.
Л.А.Губина



Инструкция № 6 **Правила безопасности в спортивном зале**

I. Общие требования безопасности.

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех обучающихся, занимающихся в спортивном зале.
2. К занятиям физической культурой допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
3. В спортивном зале заниматься только в спортивной одежде и обуви с нескользкой подошвой.
4. Не входить в спортивный зал в верхней одежде.
5. Соблюдать личную гигиену (следить за чистотой тела, коротко остригать ногти).
6. Не заносить в спортзал портфели и сумки.

II. Требования безопасности перед началом занятий.

1. Не входить в спортивный зал без разрешения учителя или команды дежурного.
2. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, войти в спортзал.
3. Не включать самостоятельно электроосвещение.
4. Не открывать дверь для проветривания без указания учителя.
5. Не передвигать спортивное оборудование и снаряды без указания учителя.
6. Внимательно прослушать инструктаж по ТБ на данном занятии.

III. Требования безопасности во время занятий.

1. Не приступать к выполнению упражнений и учебных заданий без команды учителя.
2. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах без подложенных матов.
3. Перед работой на снарядах протереть их сухой, чистой тканью.
4. Не забывайте о подстраховке друг друга во время выполнения упражнений.
5. Нельзя метать мячи навстречу друг другу, в работе пары должен быть один мяч.
6. Не выполняйте упражнения, не предусмотренные заданием учителя.
7. Соблюдайте дисциплину и порядок на уроке.
8. Не уходите с занятий без разрешения учителя.
9. Перед выполнением упражнения убедитесь в отсутствии близко стоящих к снаряду обучающихся.

IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратите занятия и сообщите об этом учителю.
2. В случае травматизма сообщите учителю.
3. При возникновении аварийных ситуаций, пожара, по указанию учителя быстро, без паники, покиньте помещение спортивного зала.

V. Требования безопасности по окончании занятий

1. Выходите из спортзала по команде учителя спокойно, не торопясь.
2. Вымойте с мылом руки, умойтесь.
3. Снимите спортивную обувь, используйте её только для занятий спортом.
4. О всех недостатках, замеченных вами во время занятий, сообщите учителю.