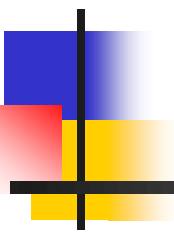


# Инструктаж по ТБ для 10-11 классов

---

Презентацию подготовила:  
учитель физической культуры  
МОУ лицей №6  
Лаптяну С. Н.



Вводный инструктаж по мерам  
безопасности для учащихся по  
предмету «Физическая  
культура»

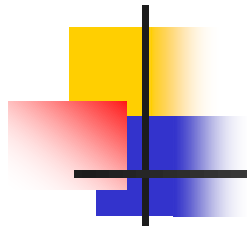
# Причина травм при занятиях физической культурой и спортом

- неудовлетворительная подготовка мест занятий, оборудования, инвентаря;
- неблагоприятные погодные условия;
- обувь и одежда, несоответствующая погоде и виду занятий;
- отсутствие страховки и самостраховки;
- недостаточная тренированность и фиксирование нагрузки;
- пренебрежительное отношение к разминке;
- низкая поведенческая культура учащихся (несоблюдение дисциплины);
- отсутствие медицинского сопровождения и нарушение медицинских требований.

# I. Общие требования безопасности.

## Учащийся должен:

- пройти медицинский осмотр и заниматься в той медицинской группе, к которой он относится по состоянию здоровья;
- иметь опрятную спортивную форму, чистую спортивную обувь, соответствующую погодным условиям и теме проведения занятия;
- выходить из раздевалки по первому требованию учителя;
- после болезни предоставить учителю справку от врача;



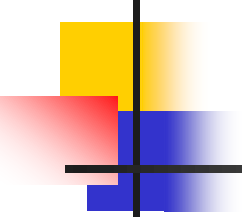
- присутствовать на уроке в случае освобождения врачом от занятий после болезни;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и использовать его по назначению;
- иметь коротко остриженные ногти и убранные волосы (девушки);
- знать и выполнять инструкцию по мерам безопасности.



## II. Требования безопасности перед началом занятий. Учащийся должен:

---

- переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (серьги, часы, браслеты, кольца и т.д.);
- убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы (мобильный телефон, наушники, деньги и т.д.);

- 
- 
- под руководством учителя приготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;
  - с разрешения учителя выходить на место проведения занятия;
  - по команде учителя встать в строй для общего построения.


### III. Требования безопасности во время занятий. Учащийся должен:

- внимательно слушать и чётко выполнять задания учителя;
- брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения учителя;
- во время передвижений смотреть вперёд, соблюдать достаточные интервал и дистанцию, избегать столкновений;
- выполнять упражнения с исправным инвентарём и заниматься на исправном оборудовании.



## IV. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях. Учащийся должен:

- при получении травмы или ухудшения самочувствия прекратить занятия и поставить в известность учителя физкультуры;
- с помощью учителя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости вызвать «скорую помощь»;

- 
- 
- при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством учителя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;
  - по распоряжению учителя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

## V. Требования безопасности по окончании занятий. Учащийся должен:

---

- под руководством учителя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения занятия;
- переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;
- вымыть с мылом руки.

## Учащимся нельзя:

- резко открывать, закрывать двери;
- заходить в спортзал без учителя;
- жевать жевательную резинку;
- пользоваться мобильным телефоном, наушниками;
- толкаться, ставить подножки в строю и в движении;
- резко менять направление своего движения;
- мешать и отвлекать при объяснении заданий и выполнении упражнений;
- залезать на спортивное оборудование без разрешения учителя (шв. стенка, б/е кольца, т.д.);
- портить спортивный инвентарь, школьное имущество (раздевалки, душевые, спортзал и т.д.);
- покидать место проведения занятия без разрешения учителя.



Спасибо за внимание!

---