

Правила безопасности в спортивном зале

ГЛАВА 1 ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

Состояние спортивного зала, спортивного оборудования и инвентаря должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям и настоящим Правилам. Занятие (мероприятие) в спортивном зале проводится только на исправном спортивном оборудовании и с исправным спортивным инвентарем. Спортивный зал должен быть оснащен средствами пожаротушения (огнетушителем, системой пожарной сигнализации) и медицинской аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными материалами, для оказания первой помощи при травмах. При проведении занятия (мероприятия) в спортивном зале запрещается использовать спортивное оборудование и инвентарь, не состоящие на балансе учреждения образования. Занятие (мероприятие) проводится только под руководством педагогического работника.

К занятиям допускаются обучающиеся:

прошедшие обучающее занятие по правилам безопасности в спортивном зале;

при наличии сменной спортивной обуви, спортивной формы (спортивного костюма);

согласно расписанию.

Обучающийся должен:

иметь медицинский допуск к занятиям физической культурой и спортом;

иметь сменную спортивную, обувь и спортивную форму (спортивный костюм), соответствующие условиям и теме проведения занятия (мероприятия);

выполнять требования безопасного поведения при организации и проведении организованных форм физического воспитания;

вести себя корректно по отношению к педагогическому работнику, проводящему занятие (мероприятие), и к другим обучающимся;

бережно относиться к спортивному оборудованию и инвентарю, использовать его по назначению;

соблюдать чистоту в спортивном зале;

соблюдать правило личной гигиены;

знать и строго соблюдать данные требования безопасности.

- Обучающемуся запрещается:

резко открывать двери и виснуть на них, выключать свет, трогать плафоны, вставлять в розетки посторонние предметы в спортивном зале

(приспособленном помещении для занятий физической культурой и спортом);

заниматься в школьной (повседневной) одежде и обуви;

заниматься на непросохшем полу спортивного зала;

залезать на баскетбольные фермы (щиты), футбольные (гандбольные) ворота, виснуть на баскетбольных кольцах и перекладинах футбольных (гандбольных) ворот;

использовать спортивное оборудование и инвентарь не по назначению;

жевать жевательную резинку и (или) употреблять пищу;

пить холодную воду до и после занятия (мероприятия).

За несоблюдение правил безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранен от занятия (мероприятия).

ГЛАВА 2

ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЯ(МЕРОПРИЯТИЯ)

Необходимо проверить надежность крепления защитной сетки окон и светильников, установки, крепления стоек и перекладин футбольных (гандбольных) ворот, баскетбольных щитов (ферм), волейбольных стоек и другого спортивного оборудования, отсутствие посторонних предметов в спортивном зале.

Обучающийся должен:

сообщить педагогическому работнику, проводящему занятие (мероприятие), о своем самочувствии, недомогании, болезненном состоянии;

переодеться в раздевалке в спортивную форму (спортивный костюм) и надеть сменную спортивную обувь;

снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях физическими упражнениями (серьги, часы, браслеты и т.д.);

убрать из карманов спортивной формы (спортивного костюма) колющиеся и другие посторонние предметы, в том числе мобильный телефон;

под руководством педагогического работника, проводящего занятие (мероприятие), подготовить спортивный инвентарь, необходимый для проведения занятия (мероприятия) и убрать в безопасное место спортивный инвентарь, который не будет использоваться на занятии (мероприятии);

- по требованию педагогического работника, проводящего занятие (мероприятие), встать в строй для построения.

Обучающемуся запрещается:

заходить в спортивный зал, брать спортивный инвентарь и заниматься на спортивном оборудовании без разрешения педагогического работника, проводящего занятие (мероприятие).

ГЛАВА 3 ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЯ (МЕРОПРИЯТИЯ)

Обучающийся должен:

внимательно слушать и неукоснительно выполнять задания педагогического работника, проводящего занятие (мероприятие);

выполнять физические упражнения на спортивном оборудовании и использовать спортивный инвентарь только с разрешения педагогического работника, проводящего занятие (мероприятие);

прекратить занятие физическими упражнениями при возникновении неисправности в работе спортивного оборудования или его поломке, сообщив об этом педагогическому работнику, проводящему занятие (мероприятие);

выполнять сложные физические упражнения при помощи страховки.

Обучающемуся запрещается:

выполнять любые действия без разрешения педагогического работника, проводящего занятие (мероприятие);

толкаться, ставить подножки в строю и движении;

мешать и отвлекать при объяснении заданий и выполнении физических упражнений;

выполнять физические упражнения с использованием неисправного и (или) незакрепленного спортивного оборудования, неисправного спортивного инвентаря;

выполнять сложные физические упражнения без страховки;

покидать спортивный зал (приспособленное помещение для занятий физической культурой и спортом) без разрешения педагогического работника, проводящего занятие (мероприятие).

ГЛАВА 4 ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ И ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

Обучающийся должен:

при получении травмы и (или) ухудшении самочувствия прекратить занятие физическими упражнениями и поставить в известность педагогического работника, проводящего занятие (мероприятие);

при возможности помочь педагогическому работнику, проводящему занятие (мероприятие), оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости вызвать скорую помощь;

при возникновении чрезвычайной ситуации в спортивном зале немедленно прекратить физические упражнения и под руководством педагогического работника, проводящего занятие (мероприятие), организованно покинуть место согласно плану эвакуации;

по поручению педагогического работника, проводящего занятие (мероприятие), поставить в известность администрацию учреждения образования о чрезвычайной ситуации.

ГЛАВА 5 ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЯ (МЕРОПРИЯТИЯ)

Обучающийся должен:

под руководством педагогического работника, проводящего занятие (мероприятие), убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

по требованию педагогического работника, проводящего занятие (мероприятие), организовано покинуть спортивный зал и проследовать в раздевалку.