Государственное казенное общеобразовательное учреждение «Специальная (коррекционная) общеобразовательная школа-интернат № 10»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| «Согласовано»  Педагогический Совет  ГКОУ «Специальная  (коррекционная)  общеобразовательная  школа-интернат № 10»  Председатель  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.В. Чадунели  Протокол № 1 от 30.08.2024 г. |  | «Утверждаю»  Исполняющий обязанности директора  ГКОУ «Специальная  (коррекционная)  общеобразовательная  школа-интернат № 10»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.И. Герасимова  Приказ №119-ОО от 03.09.2024г. |

**ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ  
для обучающихся, воспитанников на уроке физической культуры в спортивном зале**

1. Соблюдение требований настоящей инструкции обязательно для обучающихся, воспитанников, посещающих уроки физической культуры в спортивном зале.

2. К урокам физкультуры в спортивном зале допускаются обучающиеся, воспитанники, имеющие основную и подготовительную медицинские группы для занятий физической культурой. Обучающиеся, воспитанники, отнесенные к специальной медицинской группе, до уроков физической культуры в спортивном зале допускаются с учетом установленных для них ограничений.

3. Допуск обучающихся, воспитанников и посторонних лиц в спортивный зал в момент проведения урока осуществляется только с разрешения учителя.

4. Обучающиеся, воспитанники должны до начала урока сообщить учителю о плохом самочувствии, временном освобождении от физической нагрузки.

5. Перед началом урока обучающимся, воспитанникам необходимо:

* спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, входить и выходить из спортивного зала;
* переодеться в спортивную одежду и надеть обувь с нескользкой подошвой в специально отведенном для этих целей помещении – раздевалке;
* снять с себя и убрать из карманов все предметы, которые могут представлять опасность при занятиях физкультурой, – браслеты, перстни, часы, цепочки и т. п.

6. Во время урока обучающимся, воспитанникам необходимо:

* бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и использовать его по назначению;
* быть максимально внимательными, дисциплинированными;
* строго следовать указаниям учителя;
* брать спортивный инвентарь с разрешения учителя;
* во время передвижений смотреть вперед, соблюдать достаточные интервал и дистанцию, избегать столкновений;
* перед работой на снарядах протереть их сухой, чистой тканью, протереть руки (если они вспотели);
* убедиться перед выполнением упражнения в отсутствии близко стоящих к снаряду одноклассников.

7. Во время урока обучающимся, воспитанникам запрещено:

* заносить в спортивный зал портфели, сумки и т. п.;
* принимать пищу и напитки, жевать жевательную резинку;
* открывать самостоятельно форточки, фрамуги, окна;
* резко открывать двери и виснуть на них;
* включать электроосвещение и электроприборы;
* передвигать спортивное оборудование и снаряды без указания учителя;
* отвлекаться и мешать другим при объяснении заданий и выполнении упражнений;
* выполнять упражнения с влажными ладонями;
* резко изменять направление своего движения;
* толкаться, ставить подножки в строю и движении;
* залезать на баскетбольные формы, виснуть на кольцах;
* приступать к выполнению упражнений без команды учителя;
* выполнять упражнения на спортивных снарядах без подложенных матов;
* метать мячи навстречу друг другу, в работе пары должен быть один мяч;
* выполнять упражнения, не предусмотренные заданием учителя;
* уходить с урока без разрешения учителя.

8. После окончания урока обучающимся, воспитанникам необходимо:

* организованно покинуть спортивный зал;
* переодеться в повседневную одежду, переобуться;
* вымыть руки с мылом, умыться.

9. Обо всех поломках снарядов, неполадках в работе электросети и т. д. обучающимся, воспитанникам необходимо ставить в известность учителя. Устранять неисправности самостоятельно запрещается.

10. При получении травмы (порезы, ожоги), а также при плохом самочувствии обучающиеся, воспитанники должны немедленно сообщить учителю.

11. При возникновении в спортивном зале аварийных ситуаций (пожар, появление сильных посторонних запахов и т. д.) обучающиеся, воспитанники обязаны, не допуская паники, выполнять указания учителя.

Инструкцию составил:  В.Ф. Бравков