**ЗАТВЕРДЖЕНО:**

Наказом директора

КЗ «Олександрівське НВО №2»

від 01.09.2016 року № 5

**ІНСТРУКЦІЯ № 149**

**з правил безпечного поводження учнів початкових класів під час занять спортивними і рухливими іграми**

**І. Загальні положення**

1.1. Вiдкритi спортивні майданчики повинні бути розміщені в спортивній зоні на вiдстанi не менш як 25 м від навчальних корпусів.

1.2. Майданчики для рухливих та спортивних ігор повинні бути встановлених розмiрiв, які визначаються правилами змагань з різних видів спорту.

1.3. Вимоги безпеки до спортивного залу під час занять:

- місце в спортивному залі встановлюється з розрахунку 2,8 м2 на одного учня;

- підлоги повинні бути пружними, без щілин i застругів, мати рівну, горизонтальну i неслизьку поверхню, не деформуватися від миття i до початку занять мають бути сухими;

- стіни повинні бути рівними, гладенькими, пофарбованими в свiтлi тона на всю висоту панелей фарбами, стійкими проти ударів м’яча i давати змогу робити вологе прибирання;

- стеля залу повинна мати фарбування, що не обсипається;

- на вікнах i на світильниках слід установлювати захисну огорожу від ударів м’яча;

- освiтленiсть має вiдповiдати вимогам;

- коефiцiєнт природної освiтленостi спортивних залів повинен бути не нижчий за 1,5.

**ІІ. Вимоги безпеки перед початком занять**

2.1. Переодягніться у спортивну форму.

2.2. Вивчить та постійно виконуйте інструкцію з техніки безпеки під час занять рухливими та спортивними іграми.

2.3. На учнях не повинно бути всіляких прикрас (сережок, перснів, ланцюжків таке інше).

Нiгтi на руках повинні бути коротко пiдстриженi. Волосся, якщо довге, прибирається в косу чи пучок.

**ІІІ. Вимоги безпеки під час занять**

3.1. Дотримуйтесь дистанції під час виконання загально розвиваючих та спеціальних вправ.

3.2. Будьте уважними під час рухливих або спортивних ігор i не порушуйте правила.

3.3. Дотримуйтесь дисципліни i порядку на уроці: не штовхайтесь, не вибігайте різко на майданчик без дозволу вчителя.

3.4. Не кидайте на майданчик зайвий м’яч під час учбової чи двосторонньої гри.

3.5. Про всілякі непорозуміння під час спортивних чи рухливих ігор капітани команд або лідери підгруп повинні негайно доповісти вчителю, який розв’яже будь-яке непорозуміння.

**ІV. Вимоги безпеки після закінчення занять**

4.1. Після занять ретельно вимийте руки з милом.

4.2. Якщо під час занять з’явилась біль у руках, почервоніння шкіри або натерті місця на долонях, припиніть заняття i зверніться за порадою до вчителя, лікаря, медичної сестри.

4.3. Зберіть зі спортивного майданчика непотрібний спортінвентар у складські приміщення, виведіть учнів зі спортивного майданчика або залу до роздягальні (класу).

**V. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях**

5.1. У разі отримання травми вчитель повинен надати першу медичну допомогу та звернутись до лікаря.

5.2. У разі отримання важких травм викликати швидку медичну допомогу за телефоном - **103.**

**Розроблено:**

Вчитель фізичного \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

виховання (підпис) (прізвище, ініціали)

**Погоджено:**

Фахівець з охорони праці \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Бак В.О.

 (підпис) (прізвище, ініціали)