

Принят на Педагогическом
совете МАОУ СОШ №9
31/III-2017

Одобрено
Школьным парламентом



ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ЗАНЯТИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ В МАОУ «СОШ №9»

1. Учитель физической культуры или лицо, проводящее занятие по физическому воспитанию при внешкольной работе, несут прямую ответственность за охрану жизни и здоровья учащихся и обязаны:
 - перед началом занятий провести тщательный осмотр места проведения занятий, убедиться в исправности спортивного инвентаря, надежности установки и закрепления оборудования, соответствии санитарно-гигиенических условий требованиям, предъявляемым к месту проведения занятий настоящими правилами, инструктировать школьников о порядке, последовательности и мерах безопасности при выполнении физических упражнений;
 - обучать школьников безопасным приемам выполнения физических упражнений и следить за соблюдением учащимися мер безопасности, при этом строго придерживаться принципов доступности и последовательности обучения; по результатам медицинских осмотров знать физическую подготовленность и функциональные возможности каждого учащегося, в необходимых случаях обеспечить страховку; при проявлении у учащегося признаков утомления или при жалобе на недомогание и плохое самочувствие немедленно направлять его к врачу;
 - после окончания занятий тщательно осмотреть место проведения занятий, убедиться в отсутствии напряжения в энергосети и устранить обнаруженные недостатки.
2. На администрацию школ возлагается ответственность за исправность спортивного инвентаря и оборудования, соответствие санитарно-гигиенических условий требованиям, предъявляемым к месту проведения занятий настоящими правилами.
3. На медицинский персонал возлагается ответственность за проведение в установленном порядке лечебно-профилактических мероприятий, содействующих сохранению здоровья учащихся, а также осуществление санитарного надзора за местами и условиями проведения учебно-воспитательного процесса по физической культуре.
4. Проведение занятий с применением неисправного оборудования или спортивного инвентаря без специальной спортивной одежды не допускается.
5. Решение о невозможности проведения спортивных мероприятий на открытом воздухе в связи с неблагоприятными метеорологическими условиями выносится местными органами.
6. Разрешение на проведение занятий по физкультуре в школе выдается комиссией Управления образования при приеме школ к новому учебному году. Решение оформляется актом установленной формы.
7. Помещения спортивных залов, размещение в них оборудования должны удовлетворять требованиям строительных норм и правил (СНиП 11-65-73, СНиП П-М-3-68 и СНиП П-Л - П-70), а также Правил по технике электробезопасности и пожаробезопасности для общеобразовательных школ.
8. Количество мест в спортивном зале во время проведения занятий должно устанавливаться из расчета $0,7 \text{ м}^2$ на одного учащегося.
9. Полы спортивных залов должны быть упругими, без щелей и заступов, иметь ровную, горизонтальную и нескользкую поверхность, окрашенную эмульсионной или силикатной краской.
10. Полы не должны деформироваться от мытья и к началу занятий должны быть сухими и чистыми.
11. Полезная нагрузка на полы спортивных залов должна быть не более 400 кг/м^2 .
12. Допускается в полу спортивного зала в соответствии с нормативной документацией оборудовать место приземления после прыжков и соскоков.
13. Стены спортивных залов должны быть ровными, гладкими, окрашенными в светлые тона на всю высоту панелей красками, позволяющими легко производить влажную уборку помещения. Окраска должна быть устойчивой к ударам мяча, не осыпаться и не пачкаться при касании стен.
14. Стены спортивного зала на высоту 1,8 м не должны иметь выступов, а те из них, которые обусловлены конструкцией зала, должны быть закрыты панелями на ту же высоту. Приборы отопления должны быть закрыты сетками или щитами и не должны выступать из плоскости стен.

15. Проем, связывающий спортивный зал с инвентарной, должен быть шириной и высотой не менее двух метров и не иметь выступающего порога.
16. Оконные проемы спортивного зала должны располагаться по продольным стенам, остекление окон должно иметь защитное ограждение от ударов мяча, окна должны иметь фрамуги, открывающиеся с пола, и солнцезащитные приспособления.
17. Потолок зала должен иметь не осыпающуюся краску, устойчивую к ударам мяча.
18. В зданиях школ перекрытия над спортивным залом должны быть трудно сгораемыми с пределом огнестойкости не менее 0,75 ч. Не допускается создавать утепление перекрытий спортивного зала торфом, древесными опилками и другими легко загорающимися материалами.
19. В качестве источников света для залов должны быть использованы либо люминесцентные светильники типа потолочных плафонов, снабженные бесшумными пускорегулирующими аппаратами, либо светильниками с лампами накаливания полностью отраженного или преимущественно отраженного светораспределения, при этом применение светильников с защитными углами менее 30° не допускается.
20. Чистка светильников должна проводиться электротехническим персоналом не менее двух раз в месяц.
21. Вентиляция крытых спортивных сооружений должна осуществляться естественным сквозным способом проветривания зала через окна и фрамуги, а также с помощью специальных вентиляционных приточно-вытяжных устройств, при этом устройства должны быть всегда исправны, подвергаться планово-предупредительному ремонту, периодическому техническому и санитарно-гигиеническому испытанию. Результаты испытаний заносятся в специальный журнал.
22. Вентиляция и отопление должны обеспечивать воздухообмен при занятиях физкультурой 80 м³/час на одного человека и температуру не ниже 14°C.
23. Управление освещением должно обеспечивать возможность частичного отключения осветительной установки. Для этой цели электрическая сеть, снабжающая физкультурный зал, должна быть оборудована рубильниками или двухполюсными выключателями. Рубильники должны управляться и устанавливаться вне помещений - в коридоре, на лестничной площадке и др.
24. Для механизированной уборки в спортивном зале должно предусматриваться не менее двух штепсельных розеток в двух противоположных углах зала. На всех штепсельных розетках должны быть установлены предохранительные заглушки.
25. Комнаты для переодевания для детей и обучающихся должны иметь не менее 0,18 м² площади на место.
26. Шкафы в комнатах для переодевания устанавливаются в один ярус. Ширина проходов между скамьями и шкафами должна быть не менее 1,5 м. В проходах нельзя устанавливать зеркала, предметы оборудования, загромождать их инвентарем.
27. Душевые кабины должны быть оборудованы индивидуальными смесителями холодной и горячей воды с арматурой управления, расположенной у входа в кабину, подножками для мытья, а также полочками для принадлежностей.
28. Размеры открытых душевых кабин в осях перегородок должны быть не менее 0,9 м.
29. Между фронтом душевых кабин и противоположной стеной должно быть расстояние не менее 1,3 м, а между фронтом противоположных рядов душевых кабин - не менее 1,5 м.
30. Температура в комнатах для переодевания должна быть не менее 20°C; в душевых 25°C. Кратность обмена воздуха в комнатах для переодевания - 1,5, в душевых - 5,0 м³/час.
31. Вспомогательные помещения могут иметь только искусственное освещение, причем в санитарных узлах освещенность на горизонтальной поверхности на высоте 0,8 м от пола должна быть не менее 75 лк при люминесцентных лампах и 30 лк - при лампах накаливания.
32. В крытых спортивных сооружениях должно быть оборудовано аварийное освещение, обеспечивающее освещенность не менее 0,5 лк на полу по линии основных проходов и ступеней лестниц. При этом сеть аварийного освещения должна быть либо отдельной, либо с автоматическим переключением при аварийной ситуации на источники питания аварийного освещения.
33. В помещении основных спортивных сооружений на видном месте должен быть вывешен план эвакуации занимающихся на случай пожара или стихийного бедствия. В данном плане эвакуации должно быть предусмотрено спасение детей с территории всех помещений и мест проведения занятий по физическому воспитанию, в том числе из всех вспомогательных помещений.
34. Расстояние от наиболее удаленной точки пола до дверей, ведущих к эвакуационному выходу, не должно превышать 27 метров. Двери, предназначенные для эвакуации, должны открываться в сторону выхода из помещения.

35. В спортивном зале должно быть не менее двух дверей, одна из которых должна выходить на пришкольный участок.
36. Двери эвакуационных выходов в спортивных залах допускается запирать только изнутри, с помощью легко открывающихся запоров, задвижек или крючков. Категорически запрещается забивать наглухо или загромождать двери запасных выходов из спортивного зала.
37. Спортивный зал в прилегающих к нему рекреациях должен быть оборудован пожарным щитом с набором ручного противопожарного инвентаря в количестве: огнетушителей - 2 шт., ведер пожарных - 2-4 шт., топоров - 2-4 шт., ломов - 1-2 шт., багров - 2-4 шт.
38. Все спортивные снаряды и оборудование, установленные в закрытых или открытых местах проведения занятий, должны находиться в полной исправности и надежно закреплены. Надежность установки в результате испытаний инвентаря и оборудования должна быть зафиксирована в специальном журнале. Основные размеры и методы испытания гимнастических снарядов приводятся в данном пособии.
39. Гимнастические снаряды не должны иметь в узлах и сочленениях люфтов, качаний, прогибов, детали крепления (гайки, винты) должны быть надежно завинчены.
40. Жерди брусьев каждый раз перед началом учебного года должны ремонтироваться по всей длине. При обнаружении трещин жердь необходимо заменить.
41. Гриф перекладины перед выполнением упражнений и после их окончания необходимо протирать сухой тряпкой и зачищать шкуркой. Пластины для крепления крюков, растяжек должны быть плотно привинчены к полу и заделаны заподлицо.
42. Бревно гимнастическое не должно иметь трещин и заусенец на брусе, заметного искривления.
43. Опоры гимнастического козла должны быть прочно укреплены в коробках корпуса. При выдвигании ноги козла должны свободно устанавливаться и прочно закрепляться в заданном положении.
44. Гимнастические маты должны вплотную укладываться вокруг гимнастического снаряда, обеспечивая площадь соскока или предполагаемого срыва и падения.
45. Мостик гимнастический должен быть подбит резиной, чтобы исключить скольжение при отталкивании.
46. Мячи набивные используются по номерам строго в соответствии с возрастом и физической подготовленностью учащихся.
47. Вес спортивных снарядов для метания должен соответствовать возрасту и полу, согласно правилам соревнования.
48. Размещение оборудования должно предусматривать безопасную зону вокруг каждого гимнастического снаряда.
49. Лыжный инвентарь должен быть подобран в соответствии с росто-весовыми данными учащихся и подогнан индивидуально:
- палки должны быть легкими, прочными и удобными, иметь петли для хвата руками, острие для упора и ограничительное кольцо;
 - поверхность лыж не должна иметь перекосов и боковых искривлений, трещин, заусенец и сколов, скользящая поверхность деревянных лыж должна быть просмолена и смазана специальной мазью в соответствии с погодными условиями.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575998

Владелец Иванов Виталий Викторович

Действителен с 28.02.2021 по 28.02.2022