

Физкультура и спорт.

Сборные требования из нормативных документов

1. Общие требования

1.1. 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 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 обеспечивать страховку;
- при появлении 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 (п. 3 Правила безопасности занятий по физической культуре и спорту в общеобразовательных школах, утв. Минпросвещения СССР 19 апреля 1979 г.).

1.2. Проведение занятий с применением неисправного оборудования или спортивного инвентаря, без специальной спортивной одежды, а также в отсутствие лиц, указанных в п.3 настоящих Правил, не допускается (п.6 Правила безопасности занятий по физической культуре и спорту в общеобразовательных школах, утв. Минпросвещения СССР 19 апреля 1979 г.).

1.3. На администрацию школ, а также руководителей спортивных обществ, коллективов физической культуры шефствующих предприятий, высших учебных заведений, колхозов, совхозов, ЖЭКов, парков культуры и отдыха, детско-юношеских спортивных школ, домов и дворцов пионеров и школьников,

которые предоставляют школам

-спортивные площадки,

-стадионы,

-бассейны,

-лыжные базы,

-катки,

-спортивные залы для проведения с учащимися организованных занятий, тренировок и соревнований,

возлагается ответственность за исправность спортивного инвентаря и оборудования, соответствие санитарно-гигиенических условий требованиям, предъявляемым к месту проведения занятий

настоящими Правилами (п.4 Правила безопасности занятий по физической культуре и спорту в общеобразовательных школах, утв. Минпросвещения СССР 19 апреля 1979 г.).

2. Физкультурно - спортивная зона

2.1. Занятия спортом и физической культурой должны проводиться только в спортивной одежде и обуви на исправном оборудовании (*п.5.10 СанПиН 2.4.4.1251-03*).

2.2. Занятия на сырых площадках, имеющих неровности и выбоины, не проводятся (*п.3.3. СанПиН 2.4.2.2821-10*).

2.3. Физкультурные и спортивные площадки на открытом воздухе должны содержаться в чистоте и быть ровными, свободными от посторонних предметов, которые могут быть причиной повреждений и травм (*п.5.9.8 СанПиН 2.4.4.1251-03*).

2.4. Площадки для подвижных игр должны быть установленных размеров, ровными, очищенными от камней и других инородных предметов. Площадки нельзя ограждать канавками, устраивать деревянные или кирпичные бортики (*п.44 Правила безопасности занятий по физической культуре и спорту в общеобразовательных школах, утв. Минпросвещения СССР 19 апреля 1979 г.*).

2.5. Не менее чем на 2 м вокруг площадки не должно быть деревьев, столбов, заборов и других предметов, которые могут причинить травму (*п.45 Правил*).

2.6. Беговые дорожки должны быть специально оборудованы, не иметь бугров, ям, скользкого грунта. Дорожка должна продолжаться не менее чем на 15 м за финишную отметку (*п.46 Правил*).

2.7. Беговая дорожка должна иметь твердое, хорошо дренирующее покрытие, плотный, непылящий, стойкий к атмосферным осадкам верхний слой (*п.5.9.10 СанПиН 2.4.4.1251-03*).

2.8. При устройстве беговых дорожек и спортивных площадок (волейбольных, баскетбольных, для игры в ручной мяч) необходимо предусмотреть дренаж, для предупреждения затопления их дождевыми водами (*п.3.3. СанПиН 2.4.2.2821-10*).

2.9. Ямы для прыжков должны заполняться чистым песком с примесью опилок. Перед прыжком содержимое следует взрыхлять и выравнивать. Борты ям следует обшивать резиной или брезентом и они должны находиться на одном уровне с землей (*п.5.9.11 СанПиН 2.4.4.1251-03*).

2.10. Прыжковые ямы должны быть заполнены взрыхленным на глубину 20 - 40 см песком. Песок должен быть чистым, грунт разровнен (*п.47 Правил*).

2.11. Места, предназначенные для метаний, располагаются в хорошо просматриваемом месте, на значительном расстоянии от общественных мест (тротуаров, дорог, площадок для детей). Длина сектора для приземления снарядов должна быть не менее приведенной в таблице (в метрах) (*п.48 Правил*).

Категория занимающихся	Снаряды				
	Диск	Молот	Ядро	Копье	Граната и мяч
Юноши и мальчики	50	60	17	70	60
Девушки и девочки	26	-	9,5	29	35

2.11. Уроки по лыжной подготовке не проводят при температуре ниже -20°C без ветра и при температуре ниже -18°C при наличии ветра, занятия по плаванию - при температуре воды ниже +18°C (*п.2.6.2.8 СанПиН 2.4.3.1186-03*).

2.12. Место проведения занятий по лыжной подготовке (профиль склонов, рельеф местности, дистанция и условия проведения) должно тщательно выбираться и строго соответствовать возрастным особенностям и физической подготовленности занимающихся (*п.49 Правил*).

2.13. Учебная площадка для начального обучения катанию на лыжах должна быть защищена от ветра, иметь уклон не более 4°. Размер площадки выбирается с таким расчетом, чтобы постоянная дистанция между двигающимися лыжниками была не менее 10 м (*п.50 Правил*).

2.14. Учебный и тренировочный склон должен иметь уплотненный снег без каких-либо скрытых под ним камней, пней или деревьев, глубоких ям и выбоин, образующих трамплины. Склон не должен иметь обледенелостей и обнаженных участков земли (п.51 Правил).

2.15. Катки с искусственным ледяным покрытием должны иметь толщину льда не менее 15 см, уклон должен быть не более 10 мм/м. Толщина льда на естественном водоеме, оборудованном для обучения катанию на коньках, должна быть не менее 25 см. (п.52 Правил).

2.16. Катки и конькобежные дорожки должны иметь ровную, без трещин и выбоин поверхность. Все возникающие повреждения поверхности льда немедленно ограждаются (п.53 Правил).

2.17. Катки и конькобежные дорожки должны иметь площадь не менее 8 м² на одного учащегося (п.53 Правил).

3. Спортивный зал

3.1. Не допускается использование цокольных этажей и подвальных помещений под учебные помещения, кабинеты, лаборатории, учебные мастерские, помещения медицинского назначения, **спортивные**, танцевальные и актовые залы (п.4.2. СанПиН 2.4.2.2821-10).

3.2. Площади спортивных залов приняты 9х18 м, 12х24 м, 18х30 м при высоте не менее 6 м.

Во вновь строящихся зданиях общеобразовательных учреждений при спортивных залах должны быть предусмотрены: снарядные; помещения для хранения уборочного инвентаря и приготовления дезинфицирующих и моющих растворов, площадью не менее 4,0 м²; раздельные для мальчиков и девочек раздевалки, площадью не менее 14,0 м² каждая; раздельные для мальчиков и девочек душевые, площадью не менее 12 м² каждая; раздельные для мальчиков и девочек туалеты, площадью не менее 8,0 м² каждый. При туалетах или раздевалках оборудуют раковины для мытья рук (п.4.15 СанПиН 2.4.2.2821-10).

3.3. Все спортивные снаряды и оборудование, установленные в закрытых или открытых местах проведения занятий, должны находиться в полной исправности и надежно закреплены. Надежность установки и результаты испытаний инвентаря и оборудования должны быть зафиксированы актом. Основные размеры и методы испытания гимнастических снарядов приведены в приложении 4** (п.55 Правила безопасности занятий по физической культуре и спорту в общеобразовательных школах, утв. Минпросвещения СССР 19 апреля 1979 г.).

3.4. В качестве источников света для залов должны быть использованы либо люминесцентные светильники типа потолочных плафонов, снабженные бесшумными пускорегулирующими аппаратами, либо светильники с лампами накаливания полностью отраженного или преимущественно отраженного светораспределения, при этом применение светильников с защитными углами менее 30° не допускается. (п.23 Правил).

3.7. Вертикальная освещенность должна быть в плоскости, проходящей через продольную ось зала с обеих его сторон (п.54 Правил).

3.8. Количество мест в спортивном зале во время проведения занятий должно устанавливаться из расчета 0,7 м² на одного учащегося. Заполнение зала сверх установленной нормы запрещается (п.10 Правил).

3.9. Полы спортивных залов должны быть упругими, без щелей и застрогов, иметь ровную, горизонтальную и нескользкую поверхность, окрашенную эмульсионной или силикатной краской (п.11 Правил).

3.10. 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 (п.15 Правил).

3.11. 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 стены (п.16 Правил).

3.12. Не следует устраивать ограждений из древесно - стружечных плит и других полимерных материалов (п.2.5.1 СанПиН 2.4.2.1178-02).

3.13. Проем, связывающий спортивный зал с инвентарной, должен быть шириной и высотой не менее двух метров и не иметь выступающего порога (п.17 Правил).

3.14. Потолок зала должен иметь неосыпающуюся окраску, устойчивую к ударам мяча (п.19 Правил).

3.15. Должна быть предусмотрена защита светильников от удара мяча (п.54 Правил).

3.16. В общеобразовательном учреждении не допускается проведение всех видов ремонтных работ в присутствии обучающихся (п.4.32 СанПиН 2.4.2.2821-10)

Источники:

1. Правила безопасности занятий по физической культуре и спорту в общеобразовательных школах (утв. Минпросвещения СССР 19 апреля 1979 г).

2. СанПиН 2.4.2.2821-10. «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях».

3. СанПиН 2.4.4.1251-03. «Санитарно-эпидемиологические требования к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения)».

4. СанПиН 2.4.3.1186-03. «Учреждения начального профессионального образования. Санитарно-эпидемиологические требования к организации учебно-производственного процесса в образовательных учреждениях начального профессионального образования».