

Положение
об организации занятий по лыжной подготовке

I. Общие положения

1. Данное Положение составлено в соответствии с Законом РФ от 29 декабря 2012 г № 273-ФЗ «Об образовании», Постановлением главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 «СанПиН 2.4.2.2821-10», Устава школы, Правил внутреннего распорядка обучающихся МОУ «СОШ № 5 г. Коряжмы».
2. На основании программы по физической культуре в зимний период проводятся занятия по лыжной подготовке. Данные занятия организуются с целью оздоровления обучающихся, их закалывания, овладения ими жизненно важными двигательными умениями и навыками в лыжной подготовке.
3. Ответственность за организацию и проведение уроков по лыжной подготовке, за жизнь и здоровье обучающихся во время проведения этих уроков несут учителя физической культуры, проводящие урок.
4. Уроки физической культуры по программе «Лыжная подготовка» посещают все обучающиеся, имеющие основную и подготовительную группы здоровья.
5. Обучающиеся специальной медицинской группы и временно освобожденные от физической нагрузки по болезни, во время урока находятся с классом и совершают прогулку на свежем воздухе и (или) получают задание теоретического характера с использованием учебника по предмету «физическая культура».
6. Обучающиеся, по медицинским показаниям освобожденные от занятий физической культуры на улице, находятся: 5-11 классы - на 1 этаже в фойе старшего корпуса, 1-4 классы - в классном кабинете и выполняют задания, предложенные учителем физической культуры.
7. Обучающиеся должны одеваться по погоде. Иметь свободную спортивную одежду, шапку и рукавицы, теплые носки. Необходимо иметь следующий инвентарь: лыжи, лыжные ботинки, палки.
8. Уроки по лыжной подготовке проводятся на спортивной площадке школы.

II. Температурный режим

При занятиях на улице руководствуются нормами СанПиН 2.4.2.2821-10 (Приложение 7)

Климатическая зона	Возраст обучающихся	Температура воздуха и скорость ветра, при которых допускается проведение занятий на открытом воздухе			
		без ветра	при скорости ветра до 5 м/сек	при скорости ветра 6 - 10 м/сек	при скорости ветра более 10 м/сек
Северная часть Российской Федерации (Красноярский край, Омская область и др.)	до 12 лет	-10 - 11 °С	- 6 - 7 °С	-3 - 4 °С	Занятия не проводятся
	12 - 13 лет	-12 °С	-8 °С	-5 °С	
	14 - 15 лет	-15 °С	-12 °С	-8 °С	
	16 - 17 лет	-16 °С	-15 °С	-10 °С	

Ответственное решение о занятии на свежем воздухе принимает учитель физической культуры с учетом данных норм.

III. Порядок выдачи лыжных комплектов

Школа имеет собственный лыжный инвентарь для начальной школы, для основной школы. Выдача лыж осуществляется обучающимся, не имеющим собственного инвентаря. Первоочередное право на получение лыжных комплектов имеют следующие категории обучающихся:

а) дети из семей, имеющих среднедушевой доход ниже величины прожиточного минимума, установленного законодательством (далее - малоимущие семьи);

б) дети из многодетных семей;

в) дети группы риска и СОП;

г) учащиеся, выступающие за честь школы на соревнованиях разного уровня;

Другим категориям обучающихся выдача лыж осуществляется при наличии свободного инвентаря в лыжной базе.

IV. Порядок хранения лыжных комплектов

Школьные лыжи хранятся в специально оборудованном подсобном помещении. Каждый комплект имеет свой идентификационный номер, прописанный на лыжах и ботинках. За каждым классом (учеником) закреплено определенное место, учитывающее длины лыж и размер ботинок, что обеспечивает быстрый поиск нужного размерного ряда обучающимися. Ответственность за сохранность школьных лыж несут учителя физической культуры.

Личные лыжи обучающийся может хранить весь зимний период при наличии в образовательной организации свободных помещений или специально оборудованного (отведенного) места в классной комнате. В день проведения урока личные лыжи хранятся в классном кабинете или лыжной базе в месте, отведенном учителем физической культуры. Организацию хранения лыж осуществляют классные руководители или учителя физической культуры.

V. Порядок организации и проведения урока по лыжной подготовке

Перед началом занятия по лыжной подготовке учитель физической культуры проводит измерение температурного режима на месте проведения занятий, на основании чего принимается решение о проведении занятий в этот день по лыжной подготовке. Ответственность за подготовку лыжни для проведения занятий несут учителя физкультуры, проводящие занятия в этот день. Перед началом занятия обучающиеся переодеваются в спортивную форму в раздевалке спортивного зала. Со звонком к началу урока обучающиеся строятся в спортивном зале в форме для проведения занятий по лыжной подготовке без лыж. Проводится проверка присутствующих на уроке, наличие справок об освобождении или пометок классного руководителя в классном журнале. Проводится инструктаж по технике безопасности. Организовано берут лыжный инвентарь, проверяют его техническое состояние. Учитель физической культуры фиксирует в специальном журнале номер выданного лыжного комплекта, обучающиеся переобуваются (для личной гигиены, во избежание грибковых заболеваний стопы обучающимися рекомендовано использование бахил, которые приобретаются самостоятельно). Ученики строятся на улице у главного входа в школу и передвигаются под руководством учителя физической культуры в пешем строю к установленному месту

занятий. Переноска лыж учащимися осуществляется в вертикальном положении, остриями лыж вверх. По окончании занятий осуществляется очистка инвентаря от снега, построение обучающихся, проверка присутствующих, наличие и исправность спортивного инвентаря у школьников, самочувствие обучающихся. Возвращение в школу осуществляется за 10 - 15 мин. до окончания урока для постановки инвентаря на место хранения, переодевания и обогрева обучающихся, полноценной подготовки школьников к последующим урокам: переодевание в сменную обувь и школьную одежду в раздевалках спортивного зала. По прибытии в школу лыжный школьный инвентарь ставится в указанное для его хранения место, учителя физической культуры производят осмотр лыжных комплектов и делают в журнале выдачи спортивного инвентаря отметку о сдаче. В случае порчи школьного лыжного инвентаря составляется акт, на основании которого производится списание испорченного инвентаря.