

Согласовано профсоюзным комитетом МАОУ СОШ №100 От 02.09 2019г.	Утверждаю Директор МАОУ СОШ №100 _____ Язовских Д.В.
--	--

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении занятий по волейболу

ИОТ – 044

1. Общие положения.

- 1.1. Данная инструкция разработана для учащихся 1 – 11 классов для уроков физической культуры по волейболу.
- 1.2. К урокам по волейболу допускаются учащиеся основной медицинской группы.
- 1.3. Занятия проводятся на стадионе и спортивном зале.
- 1.4. Учащиеся занимаются на уроках в спортивной форме и обуви установленного образца с учётом всех санитарно-гигиенических требований к норме.
- 1.5. Учащиеся, не допущенные к занятиям по причине отсутствия надлежащей спортивной формы, болезни, плохого самочувствия и др. присутствуют на уроке.
- 1.6. Урок начинается и заканчивается по звонку согласно расписания.

2. Требования безопасности перед началом урока.

- 2.1. На переменах учащиеся переодеваются в раздевалках в надлежащую спортивную форму.
- 2.2. В раздевалке соблюдается чистота и порядок. Каждый класс складывает свои вещи отдельно от другого.
- 2.3. Урок начинается по звонку с общего построения.

3. Требования безопасности во время урока.

- 3.1. На уроках по волейболу учащиеся выполняют программные упражнения и сдают учебные нормативы, согласно которым получают текущие, итоговые и семестровые оценки.
- 3.2. На уроках по волейболу учащиеся обязаны выполнить следующие требования:
 - I. Техническая подготовка – индивидуальные и групповые упражнения выполняются после команды учителя:
 - при сигнале о прекращении выполнения упражнения все обязаны взять мячи в руки и выслушать методические указания учителя;
 - выполняют только то упражнение, которое было дано учителем;
 - запрещается бить мяч ногами;
 - II. Тактическая подготовка:
 - при учебной двухсторонней игре строго выполнять правила расстановки и перехода;
 - выполнять подачу только после свистка учителя;
 - между упражнениями передавать мяч только под сеткой.
 - III. Специальная силовая подготовка:
 - обязательно выполнять общую и специальную разминку;
 - при выполнении специальных силовых упражнений соблюдать необходимую дистанцию и интервал;
 - при выполнении прыжков приземляться на обе ноги на всю стопу.
- 3.3. На уроках по волейболу учащиеся овладевают методиками самоконтроля.

3.4. При плохом самочувствии на уроках учащиеся должны прекратить занятия, уведомить учителя и обратиться в медпункт к врачу.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

4.1. В случае аварийной ситуации нужно немедленно сообщить учителю или администрации школы.

4.2. В случае непредвиденных обстоятельств в спортивном зале, соблюдать спокойствие и порядок, слушать указания учителя.

5. Требования безопасности по окончании урока.

5.1. По команде учителя учащиеся организованно строятся в шеренгу. После подведения итогов, сообщения оценок, домашнего задания учащиеся строем покидают спортивную площадку и расходятся по раздевалкам, избегая столкновений.

Учитель физкультуры

СОГЛАСОВАНО

Ответственный за ОТ:

Специалист по ОТ

_____ Хамзина О.А.