

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

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении занятий по баскетболу

ИОТ – 042

1. Общие положения.

1.1. Данная инструкция разработана для учащихся 1-11 классов для уроков физической культуры по баскетболу.

1.2. К урокам по баскетболу 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. В раздевалке соблюдается чистота и порядок. Каждый класс складывает свои вещи отдельно от другого.

2.2. Урок начинается по звонку с общего построения.

3. Требования безопасности во время урока.

3.1. На уроках по баскетболу учащиеся выполняют программные упражнения и сдают учебные нормативы, согласно которым получают текущие, итоговые и семестровые оценки.

3.2. На уроках по баскетболу учащиеся обязаны выполнить следующие требования:

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;

Тактическая подготовка:

- при учебной двухсторонней игре строго выполнять правила расстановки и перехода;

- выполнять подачу только после свистка учителя;

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 баскетболу учащиеся овладевают методиками самоконтроля.

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.

5.2. 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.