

СОГЛАСОВАНО

Председатель ПК

 /Галейдина Т.В./

«03» апреля 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

 /Исхакова Ф.Ф./

«03» апреля 2017 г.

ИНСТРУКЦИЯ № 12

по технике безопасности для обучающихся по баскетболу.*

1. Общие требования безопасности.

1.1. К занятиям по баскетболу допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.

1.2. Всем учащимся необходимо уметь оказывать первую медицинскую помощь. Они должны знать, что во время занятий баскетболом чаще всего травмы возникают при:

- Падении на твердое покрытие;
- Столкновениях игроков;
- ударе мячом;
- Наличии посторонних предметов на площадке или вблизи ее.

1.3. Во время игры обучающиеся должны быть одеты в спортивную форму, предусмотренную правилами игры.

1.4. Занятия баскетболом проводятся на сухой площадке или сухом паркете.

1.5. О недостатках, выявленных во время игры, необходимо незамедлительно сообщить учителю.

2. Требования безопасности перед началом работы.

2.1. Перед началом работы обучающиеся обязаны:

- Коротко стричь ногти, снять с себя все украшения;
- Надеть спортивную форму и обувь с нескользкой подошвой;
- Провести разминку всех групп мышц;
- Внимательно прослушать инструктаж по технике безопасности при игре в баскетбол.

Обучающиеся, которые постоянно носят очки, должны закрепить их специальной резинкой.

3. Требования безопасности во время занятий.

3.1. Во время занятий обучающиеся обязаны:

- Соблюдать игровую дисциплину;
- При выполнении прыжков, в случае столкновений и падений применять приемы самостраховки;
- Вести игру сухими руками;
- Желательно, чтобы во время игры обучающиеся пользовались защитными приспособлениями (наколенниками, налокотниками и др.)
-

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

4.1. При плохом самочувствии обучающийся должен прекратить занятия и сообщить об этом учителю.

4.2. О получении травмы в ходе игры обучающийся должен немедленно сообщить учителю и просить замену.

5. Требования безопасности по окончании занятий.

5.1. По окончании занятий обучающиеся обязаны снять спортивную обувь и форму.

5.2. Принять душ или тщательно вымыть руки и лицо с мылом.