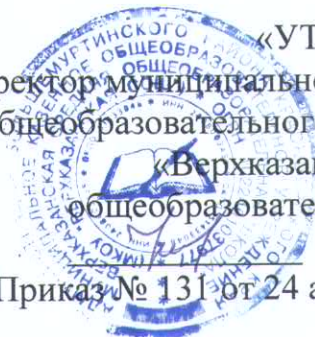


«СОГЛАСОВАНО»

Постановление профкома  
протокол № 76 от 22.08. 2020 г

Валиу А. С. Валиулина  
(подпись) (расшифровка подписи)

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор муниципального казенного  
образовательного учреждения  
«Верхказанская средняя  
общеобразовательная школа»  
И. И. Кучева  
Приказ № 131 от 24 августа 2020 г



**ИНСТРУКЦИЯ № 63  
ПО ОХРАНЕ ТРУДА (ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ) ДЛЯ  
УЧАЩИХСЯ  
НА ЗАНЯТИЯХ ПО ВОЛЕЙБОЛУ**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К занятиям по волейболу допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний для занятий подвижными играми, инструктаж по охране труда (технике безопасности).

1.2. Опасность возникновения травм:

- при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- при нахождении в зоне удара;
- при блокировке мяча;
- при наличии посторонних предметов на площадке и вблизи;
- при выполнении упражнений без разминки.

1.3. В спортивном зале (у учителя при проведении занятий на открытой площадке) должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим. В спортивном зале должна быть вывешена памятка по оказанию первой помощи при травмах.

1.4. В спортивном зале учащиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения, уметь ими пользоваться, знать порядок действий и пути эвакуации на случай возникновения пожара.

1.5. О каждом несчастном случае учащиеся должны сообщить учителю (тренеру).

1.6. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда (технике безопасности), подвергаются внеочередной проверки знаний норм и правил охраны труда (техники безопасности).

**2. Требования безопасности перед началом занятий**

2.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь. Обувь учащихся должна быть на подошве, исключающей скольжение, плотно облегающую ногу и не стеснять кровообращения.

2.2. Коротко остричь ногти.

2.3. Тщательно проверить отсутствие посторонних предметов на

площадке и вблизи.

2.4. Занятия должны проходить на сухой площадке или сухом полу.

2.5. Внимательно прослушать инструктаж по охране труда (техники безопасности) при игре в волейбол.

2.6. Провести физическую разминку всей группе мышц. При ветре, пониженной температуре и повышенной влажности необходимо увеличить время, отведенное на разминку перед игрой.

### **3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. Во время занятий вблизи площадки не должно быть посторонних лиц.

3.2. При выполнении прыжков, столкновениях и падениях игрок должен уметь применять приёмы само страховки.

3.3. Соблюдать игровую дисциплину, особенно во время обучающих тренировок.

3.4. Не вести игру влажными руками.

3.5. При температуре воздуха +10 град. одевать спортивный костюм.

3.6. Пользоваться защитными приспособлениями (наколенниками, налокотниками и др.)

### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю (тренеру).

4.2. При возникновении пожара в спортивном зале, немедленно прекратить занятия. По команде учителя (тренера) организовано, без паники покинуть спортивный зал.

4.3. При получении учащимся травмы немедленно оказать ему первую помощь, сообщить о случившемся администрации школы и родителям, при необходимости доставить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.4. Все занимающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь.

### **5. Требования безопасности по окончании занятий**

5.1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.


5.2. Снять спортивную форму и спортивную обувь.

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

5.4. О всех недостатках, отмеченных во время занятиях (игры), сообщить учителю (тренеру).

Заместитель директора  
по учебно-воспитательной работе  Н. Ш. Гадельшина 24.08.2020  
(дата)

Учитель физической культуры  Кучев Н. И. 01.09.2020 г.  
(подпись) (расшифровка подписи) (дата)

Учитель физической культуры  Замалдинов С. Н. 01.09.2020 г.  
(подпись) (расшифровка подписи) (дата)