|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Согласовано**С председателем профкома:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |  | **«Утверждаю»:**ДиректорМБОУ СОШ с. Архангельское Городищенского района\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Е.А. Пурис/Приказ № 155от 17.09.2019 г. |

Приложение 2 к приказу №155 от 17.09.2019 г.

**ИНСТРУКЦИЯ №**

*по охране труда при проведении занятий*

***по баскетболу***

**1. Общие требования безопасности**

1.1. Для занятий баскетболом спортплощадка и оборудование должны соответствовать мерам безопасности.

1.2. К занятиям допускаются обучающиеся:

• отнесенные по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам;

• прошедшие инструктаж по охране труда;

• имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

Обучающийся должен:

• иметь коротко остриженные ногти;

• заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения тренера;

• бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;

• знать и соблюдать простейшие правила игры;

• знать и выполнять настоящую инструкцию.

 За несоблюдение мер безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебном процессе.

**2. Требования безопасности перед началом занятий**

Обучающийся должен:

• переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму, спортивную обувь;

• снять с себя предметы, представляющие опасность для других (часы, браслеты, висячие сережки и т. д.);

• убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы;

• под руководством тренера-преподавателя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;

• под наблюдением тренера-преподавателя положить мячи на стеллажи или в любое другое место, чтобы они не раскатывались по залу и их легко можно было взять для выполнения упражнений;

 убрать в безопасное место инвентарь и оборудование, которые не будут использоваться на занятии;

• по команде тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

**3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. При выполнении упражнений в движении обучающийся должен:

• избегать столкновений с другими учащимися;

• перемещаясь спиной, смотреть через плечо;

• исключать резкое изменение своего движения, если этого не требуют условия игры;

• соблюдать интервал и дистанцию;

• быть внимательным при перемещении по залу во время выполнения упражнений другими обучающимися;

• по окончании выполнения упражнений потоком вернуться на свое место для повторного выполнения задания с правой или левой стороны зала.

3.2. Ведение мяча:

• выполнять ведение мяча с поднятой головой;

• при изменении направления убедиться, что на пути нет других учащихся, с которыми может произойти столкновение;

• после выполнения упражнения взять мяч в руки и крепко его держать.

3.3. Передача:

• ловить мяч открытыми ладонями, образующими воронку;

• прежде чем выполнить передачу, убедиться, что партнер готов к приему мяча;

• следить за полетом мяча;

• соизмерять силу передачи в зависимости от расстояния до партнера;

помнить, что нельзя бить мяч ногой, бросать друг в друга.

3.4. Бросок:

• выполнять бросок по кольцу способом, указанным учителем;

• при подборе мяча под щитом контролировать отскок мячей других учащихся.

3.5. Не рекомендуется:

• толкать обучающегося, бросающего мяч в прыжке;

• при броске в движении хвататься за сетки, виснуть на кольцах;

• бить рукой по щиту;

• при попадании в корзину двух и более мячей выбивать их другим мячом;

• бросать мячи в заградительные решетки.

Во время игры обучающийся должен:

• следить за перемещением игроков и мяча на площадке;

• избегать столкновений;

• по свистку прекращать игровые действия.

3.6. Нельзя:

• толкать друг друга, ставить подножки, бить по рукам;

• хватать игроков соперника, задерживать их продвижение;

• широко расставлять ноги и выставлять локти;

• во время броска дразнить соперника, размахивать руками перед его глазами.

**4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. Обучающийся должен:

• при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность тренера-преподавателя;

• под руководством тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

• организованно покинуть место проведения занятия;

• переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;

• вымыть с мылом руки.

**5. Требования безопасности по окончании занятий**

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
5.2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.