

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 13 ИМЕНИ СВЯТОГО КНЯЗЯ
АЛЕКСАНДРА НЕВСКОГО» МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДСКОЙ ОКРУГ СИМФЕРОПОЛЬ РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
(МБОУ «СОШ №13 им. А.Невского» г.Симферополя)

УТВЕРЖДЕНО
Приказом МБОУ «СОШ №13
им. А.Невского.» г. Симферополя
от 06.03.2024 № 89

**Инструкция по технике безопасности № 49
для учащихся 5 — 11 классов по разделу «Волейбол»**

1. Общие положения инструкции по технике безопасности для учащихся, занимающихся волейболом.

1.1 К урокам по волейболу допускаются учащиеся прошедшие медицинский осмотр. Занятия проводятся на стадионе и спортивном зале.

1.2 Учащиеся занимаются на уроке в спортивной форме и обуви установленного образца с учётом всех санитарно-гигиенических требований и норм.

1.3 Учащиеся, не допущенные к занятиям по причине отсутствия надлежащей спортивной формы, болезни, плохого самочувствия и др., присутствуют на уроке в спортивной форме.

1.4 Урок начинается и заканчивается по звонку согласно расписанию.

При проведении занятий по волейболу возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при выполнении упражнений на неисправном спортивном инвентаре, а также при выполнении упражнений без самоконтроля;
- травмы при выполнении элементов волейбола возле сетки;
- травмы при выполнении упражнений на скользком, неровном покрытии

2. Требования безопасности перед началом занятия волейболом на уроке физкультуры.

2.1. На перемене учащиеся переодеваются в раздевалках в надлежащую спортивную форму. В раздевалках соблюдается чистота и порядок.

Каждый класс складывает свои вещи отдельно от другого.

2.2. Урок начинается по звонку с построения.

2.3. Перед изучением новой темы учащиеся проходят инструктаж по технике безопасности.

3. Требования безопасности на уроке физкультуры во время занятий учащихся волейболом.

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

3.2. На уроках по волейболу учащиеся выполняют следующие требования:

Техническая подготовка - индивидуальные и групповые упражнения выполняются после команды учителя:

- при сигнале о прекращении выполнения упражнения все учащиеся обязаны взять мячи в руки и выслушать методические указания учителя физической культуры;
- выполнять только то упражнение, которое было дано учителем;
- запрещается учащимся бить мяч ногами.

Тактическая подготовка:

- запрещается учащимся бить мяч ногами.

Тактическая подготовка:

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

- выполнять подачу только после свистка учителя физкультуры;

- между упражнениями передавать мяч только под сеткой.

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 методами самоконтроля. При плохом самочувствии на уроке физкультуры учащийся должен прекратить занятие, уведомить учителя и обратиться в медпункт школы.

4. Требования техники безопасности по окончании занятия волейболом.

4.1. По команде учителя физкультуры, учащиеся организованно строятся в шеренгу.

После подведения итогов, сообщения оценок, домашнего задания, учащиеся строем покидают спортивную площадку и расходятся по раздевалкам, избегая столкновений.

5. Требования безопасности в аварийных ситуациях на уроках физкультуры при занятии волейболом.

5.1. В процессе работы предупреждать возникновение аварийных ситуаций:

- не курить в спортивных помещениях, раздевалках;

- не приносить отравляющие вещества и не распылять их в раздевалках, спортивных помещениях, на территории школы;

- не приносить взрывоопасные вещества;

- не уходить самовольно с урока;

- не оставаться в раздевалках на время урока;

- в случае аварийной ситуации, следовать указаниям учителя физической культуры.

5.2. В случае ухудшения здоровья или самочувствия немедленно сообщить об этом учителю.

Инструкцию разработал

Учитель физкультуры _____ /Н.Н. Коновалова/

Согласовано

Специалист по охране труда: _____ /А.Л. Янчук/