

Инструкция по охране труда №48

во время проведения занятий по волейболу МБОУС(К)ОШ «Надежда»

(Инструкция предназначена для проведения первичного, повторного, внепланового инструктажей по охране труда, с учащимися во время занятий по физической культуре, по теме «Волейбол»)

г. Симферополь

2022

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ.

1.1. Данная инструкция разработана в соответствии с требованиями Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29.10.2021 года №772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем».

1.2. К занятиям по спортивным играм допускаются лица с 8 - 10 лет, прошедшие медицинское обследование и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. К урокам по волейболу допускаются обучающиеся основной медицинской группы. Перед началом занятий учитель физкультуры должен выявить любые, даже незначительные отклонения в состоянии здоровья занимающихся лиц для принятия соответствующих мер (освобождение от занятий, снижение нагрузки).

1.3. Занятия проводятся в спортивном зале или на стадионе.

1.4. Обучающиеся занимаются на уроках в спортивной форме и обуви установленного образца с учётом всех санитарно-гигиенических требований и норм.

1.5. Обучающиеся не допущенные к занятиям по причине отсутствия надлежащей спортивной формы, болезни, плохого самочувствия и др. присутствуют на уроке.

1.6. В обязанность учителя физкультуры входит проведение инструктажа с обучающимися по правилам безопасности во время занятий. Работа по профилактике травматизма, заболеваний и несчастных случаев при занятиях физической культурой и спортом является одной из важнейших задач учителя физкультуры.

1.7. Во избежание перегрузок на занятиях по спортивным играм, ведущих к травматизму и отрицательным последствиям учителя физкультуры должен получить в начале учебного года от медицинского работника школы полную информацию в письменном виде о состоянии здоровья каждого обучающегося.

1.8 После болезни или перенесенных травм возобновлять занятия можно только по разрешению врача и проводить их в сокращенном объеме.

1.21. Во время занятий по физической культуре для учителя физкультуры и обучающихся действуют профессиональные риски:

- опасность поскользнуться, споткнуться, упасть с высоты собственного тела;
- психофизиологическое напряжение;
- высокая концентрация внимания;
- опасность поражения электрическим током;
- опасность возникновения пожаров;
- нарушение параметров микроклимата, предусмотренных для спортивного зала;
- длительные статические нагрузки;
- падение со сломанного стула;
- падение предметов находящихся на высоте;
- мокрый пол после влажной уборки;
- незакрепленная мебель или спортивное оборудование;
- повышенная физическая динамическая нагрузка;
- падения, прыжки, блокировка мяча;
- силовые приемы, защитные действия, столкновения игроков;
- недостаточные двигательные навыки (захваты, перехваты, финты);
- получение травмы во время страховки;
- неблагоприятные климатические условия при занятиях на спортивном городке;
- грубость в игре, нарушение правил игры.

1.10. О каждом несчастном случае во время занятий учитель должен поставить незамедлительно в известность директора школы. В случае легкой травмы учителя физкультуры должен оказать помощь пострадавшему. К лицам, получившим тяжелые травмы во время занятий, необходимо срочно вызвать «скорую медицинскую помощь». До ее прибытия пострадавшему должна быть оказана первая доврачебная помощь в соответствии с инструкцией по первой доврачебной помощи, действующей в школе.

1.11. Обучающиеся, нарушающие правила безопасности, отстраняются от занятий и на них накладывается дисциплинарное взыскание. Перед очередным занятием со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж.

1.12. Знание и выполнение требований настоящей Инструкции является должностной обязанностью учителя физкультуры и обязанностью обучающихся, а их несоблюдение влечет за собой, в зависимости от последствий нарушения, виды ответственности, установленные законодательством РФ (дисциплинарная, материальная, уголовная).

1.13. Учитель физкультуры несет личную ответственность за состояние жизни и здоровья обучающихся во время проведения занятий по физической культуре.

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 класса.

2.2. Урок начинается с общего построения и проверки наличия учеников на уроке. Обучающиеся не допущенные к занятиям физкультуры, по различным причинам присутствуют на уроке.

2.3. Перед началом урока учитель физкультуры обязан провести инструктаж по безопасности жизнедеятельности во время урока и сообщить учащимся о безопасной организации занятий, о приемах и методах безопасного выполнения приемов во время разминки и игры, предупредить о возможных опасных и неправильных способах выполнения задач, о приемах игры, которые запрещено применять.

2.4. Перед началом игры учитель физкультуры обязан проверить лично волейбольное поле на отсутствие на поле и рядом с полем травмоопасных предметов (камней, стекол и т.п.) при необходимости очистить волейбольное поле, проверить крепление штанг и сетки волейбольного поля.

2.5. За порядок, дисциплину, своевременное построение группы к началу занятий отвечает дежурный группы и учитель физкультуры. Опоздавшие после рапорта дежурного к занятиям не допускаются.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ УРОКА.

3.1. Учитель физкультуры обязан следить за соблюдением, а обучающиеся соблюдать требования техники безопасности во время разминки и игры в волейбол.

На уроках по волейболу обучающиеся выполняют нормативы, согласно которым получают текущие, итоговые и семестровые оценки.

3.2. На уроках по волейболу обучающиеся обязаны выполнить следующие требования:

I. 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;

II. Тактическая подготовка:

- при учебной двухсторонней игре строго выполнять правила расстановки и перехода;
- выполнять подачу только после свистка учителя;
- между упражнениями передавать мяч только под сеткой.

III. 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. Во время учебной игры соблюдать правила, вести себя корректно по отношению к противнику.

3.4. Овладевать основными приёмами обращения с мячом на месте и в движении, в облегчённых условиях и при учёте основных тактических правил.

3.5. Во время технической тренировки уделять одинаковое внимание разминке и развитию обеих ног.

3.6. Заниматься только на хорошо подготовленном поле.

3.7. На уроках по волейболу обучающиеся овладевают методиками самоконтроля.

3.8. Во время занятий по спортивным играм должно быть исключено:

- пренебрежительное отношение к вводной части урока, разминке;
- неправильное обучение технике игры;
- плохая подготовка инвентаря для проведения занятий;
- нарушение дисциплины, невнимательность, поспешность.

3.9. Во время занятий на спортивной площадке не должно быть посторонних лиц или предметов, которые могут стать причиной травмы.

3.10. Перед отработкой защитных действий обучающихся необходимо отработать технику всех способов падения и приземления.

3.11. При выполнении прыжков, при случайных столкновениях и падениях обучающийся должен уметь применять приемы самостраховки (приземление, кувырки, перекаты и др.).

3.12. Во время игры необходимо пользоваться защитными приспособлениями (наколенниками, налокотниками и др.).

3.13. Перед изучением техники приема и передачи мяча, нападающего удара и блока необходимо обязательно проделать несколько физических упражнений, а также проделать хорошую разминку на все группы мышц и суставов, связанных с мускулатурой пальцев (т.е. подготовить конечности к игре).

3.14. При обучении нападающему удару необходимо в процессе выполнения задания следить, чтобы посторонний мяч не попал под ноги игрока, наносящего удар по мячу.

3.15. Во время проведения игры необходимо соблюдать игровую дисциплину, не применять грубых и опасных приемов, вести игру согласно правилам..

3.16. Для профилактики травм кистей (ладоней) используют кожаные накладки и магнезию.

3.17. При появлении во время занятий боли, потертости кожи, а также при неудовлетворительном самочувствии, обучающийся должен прекратить занятия и сообщить об этом учителю физкультуры.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ УРОКА.

4.1. Учитель при возникновении аварийной ситуации обязан:

- в процессе работы предупреждать возникновение аварийных ситуаций;
- при возникновении пожара немедленно эвакуировать обучающихся из здания, сообщить о пожаре администрации школы и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения, если это не угрожает жизни и здоровью работника и окружающих;
- при прорыве системы отопления эвакуировать обучающихся, сообщить администрации школы, при необходимости перекрыть задвижки в тепловом узле здания (в подвале здания школы, под медицинским пунктом);
- при получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации школы, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение;
- в случае появления неисправности спортивного оборудования, прекратить занятия на неисправном спортивном оборудовании, сообщить об этом администрации школы;
- при поражении электрическим током немедленно отключить электросеть, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

4.2. Обучающийся должен:

- в случае аварийной ситуации нужно немедленно сообщить учителю или работнику администрации школы, следовать указаниям учителя;
- в случае непредвиденных обстоятельств в спортивном зале, на спортивной площадке, соблюдать спокойствие и порядок, выполнять указания учителя.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ УРОКА.

5.1. Урок заканчивается построением, на котором подводятся итоги занятия, сообщаются обучающимся оценки за выполнение упражнений и за урок в целом.

5.2. Обучающиеся организованно, строем покидают спортивную площадку и расходятся по раздевалкам, а после этого учитель ведет обучающихся в класс и передает их учителю.

Заместитель директора по УВР _____ А.О. Коновалова