

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ХАБАРОВСКОГО КРАЯ  
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ХАБАРОВСКИЙ КОЛЛЕДЖ ОТРАСЛЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И СФЕРЫ  
ОБСЛУЖИВАНИЯ  
КГБ ПОУ ХКОТСО**



УТВЕРЖДЕНО

Директор КГБ ПОУ ХКОТСО

И.В. Банкрашкова

«09» 12 2024 г.

**ИНСТРУКЦИЯ**

*по охране труда для обучающихся при проведении занятий по  
баскетболу*

**ИОТ № 24 - 2024**

Введено в действие Приказом от « 09 » 12 2024 г. №01-05/354  
Дата введения: « 09 » 12 2024 г.  
Срок действия до: « 03 » 12 2029 г.

г. Хабаровск  
2024 г.

## **1. Общие требования охраны труда**

1.1. Настоящая инструкция по охране труда разработана в соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Федеральным законом № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» в редакции от 8.12.2020, и иными нормативно-правовыми актами.

1.1. Данная инструкция по охране разработана для обучающихся, пребывающих на занятиях физической культуры и занимающихся баскетболом. Инструкция разработана в целях сохранения жизни и здоровья участников занятия баскетболом.

1.2. К занятиям по баскетболу допускаются обучающиеся основной медицинской группы, изучившие данную инструкцию на занятиях физической культуры. Занятия проводятся на стадионе и спортивном зале.

1.3. Опасность возникновения травм:

1.3.1. при падении на твердом покрытии;

1.3.2. при ударе мячом;

1.3.3. при столкновениях;

1.3.4. при наличии посторонних предметов на площадке и вблизи.

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

1.5. Обучающиеся, не допускаются к занятиям по причине отсутствия надлежащей спортивной формы, болезни, плохого самочувствия.

1.6. Обучающийся должен:

1.6.1. иметь коротко остриженные ногти;

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

1.6.3. знать и соблюдать простейшие правила игры;

1.6.4. знать и выполнять настоящую инструкцию.

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

1.8. При проведении занятий по баскетболу в спортивном зале соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.9. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить преподавателю, который сообщает об этом администрации колледжа, оказать первую помощь пострадавшему. При неисправности спортивного оборудования прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю.



1.10. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать порядок выполнения упражнений и правила личной гигиены.

1.11. Обучающиеся, нарушающие правила безопасности, отстраняются от занятий. Со всеми обучающимися перед очередным занятием проводится внеплановый инструктаж.

## **2. Требования безопасности перед началом занятия баскетболом**

2.1. Перед изучением новой темы обучающиеся проходят инструктаж по охране труда, о чём делается запись в соответствующем журнале регистрации проведения инструктажа по вопросам охраны труда.

2.2. Перед началом занятий обучающийся должен:

2.2.1. переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму, спортивную обувь;

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

2.2.3. убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы;

2.2.4. под руководством преподавателя физкультуры подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;

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

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

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

3.1. На занятиях по баскетболу обучающиеся выполняют программные упражнения и сдают учебные нормативы, согласно которым получают текущие, итоговые и четвертные оценки.

3.2. На занятиях по баскетболу обучающиеся выполняют следующие требования:

Техническая подготовка - индивидуальные и групповые упражнения выполняются после команды преподавателя.

3.2.1. при сигнале о прекращении выполнения упражнения все обучающиеся обязаны взять мячи в руки и выслушать методические указания преподавателя физической культуры;

3.2.2. выполнять только то упражнение, которое было дано преподавателем;

3.2.3. запрещается обучающимся бить мяч ногами.

Тактическая подготовка:

3.2.4. при учебной двухсторонней игре строго выполнять правила расстановки и перехода;

3.2.5. выполнять подачу только после свистка преподавателя физкультуры.

Специальная силовая подготовка:

3.2.6. обязательно выполнять общую и специальную разминку;

3.2.7. при выполнении специальных силовых упражнений соблюдать необходимую дистанцию и интервал;

3.2.8. при выполнении прыжков, приземляться на обе ноги на всю стопу.

3.3. На занятиях по баскетболу обучающиеся овладевают методами самоконтроля. При плохом самочувствии на занятиях физкультуры обучающийся должен прекратить занятие, уведомить преподавателя и обратиться в медпункт.

3.4. При выполнении прыжков, столкновениях и падениях игрок должен уметь применять приёмы самостраховки.

3.5. Во время занятия по баскетболу обучающиеся должны соблюдать игровую дисциплину.

3.6. Запрещается вести игру влажными руками.

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях на занятиях баскетболом**

4.1. В процессе работы предупреждать возникновение аварийных ситуаций:

4.1.1. не курить в спортивных помещениях, раздевалках, тренажёрной комнате;

4.1.2. не приносить отравляющие вещества и не распылять их в раздевалках, спортивных помещениях, на территории колледжа;

4.1.3. не приносить взрывоопасные вещества;

4.1.4. не уходить самовольно с занятия;

4.1.5. не оставаться в раздевалках на время занятия.

4.2. В случае возникновения аварийной ситуации следует немедленно сообщить преподавателю. Чётко выполнять указания преподавателя, не паниковать, не суетиться; никуда не идти от руководителя, быть рядом.

4.3. В случае обнаружения оборванных проводов, не заизолированной проводки, искрения проводки, следует немедленно сообщить преподавателю.

4.4. Если непредвиденная ситуация выходит из-под контроля взрослых, следует срочно связаться со службами экстренной помощи или родными по телефону.

Помните номера телефонов:

101 – пожарная охрана;



- 102 – полиция;
- 103 – скорая медицинская помощь;
- 104 – газовая служба.

4.5. Позвонив специалистам экстренной помощи, нужно сообщить адрес учреждения, в котором происходит мероприятие, коротко описать ситуацию, назвать свою фамилию и номер телефона.

## **5. Требования техники безопасности по окончании занятия баскетболом**

5.1. По команде преподавателя физкультуры, обучающиеся организованно строятся в шеренгу.

5.2. После подведения итогов, сообщения оценок, обучающиеся строем покидают спортивную площадку и расходятся по раздевалкам, избегая столкновений.

5.3. В раздевалке при спортивном зале переодеться, снять спортивную форму (одежду и обувь).

5.4. Тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Разработал:  
Специалист в области охраны труда



Цвень А.Г.