

Российская Федерация
Краснодарский край
**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ ИМ. Н.И. СИПЯГИНА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОД НОВОРОССИЙСК**

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания ППО МБУ
«ДТДМ им. Н.И. Сипягина»
г. Новороссийска

Общероссийского Профсоюза
образования

от «___» _____ 2023 года № _____

УТВЕРЖДЕНО

Директор
МБУ ДО ДТДМ.

_____ Т.В. Радченко
Приказ № _____
от «___» _____ 2023 года

Инструкция № 37

**по технике безопасности
для обучающихся МБУ ДО ДТДМ
при проведении занятий по баскетболу**

1. Общие требования безопасности

1.1. Данная *инструкция по технике безопасности для обучающихся МБУ ДО ДТДМ при проведении занятий по баскетболу* (далее – инструкция) разработана для обучающихся МБУ ДО ДТДМ, занимающихся баскетболом.

1.2. Занятия по баскетболу включают в себя следующие разделы:

- а) Техническая подготовка.
- б) Тактическая подготовка.
- в) Специальная силовая подготовка:
 - Развитие прыгучести.
 - Развитие быстроты.
 - Развитие реакции.

1.3. К занятиям по баскетболу допускаются обучающиеся основной медицинской группы, изучившие данную *инструкцию*.

К спортивным соревнованиям допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Обучающиеся подготовительной и специальной медицинских групп к спортивным соревнованиям не допускаются.

1.4. Ответственным за соблюдение норм и требований правил безопасности при занятии по баскетболу является педагог дополнительного образования (далее – тренер), непосредственно проводящий занятия.

1.5. Тренер обязан ознакомить обучающихся с данной *инструкцией* на первом занятии.

1.6. Опасность возникновения травм:

- при падении на твердом покрытии;
- при ударе мячом;
- при столкновениях;
- при наличии посторонних предметов на площадке и вблизи.

При проведении спортивных соревнований возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- травмы при проведении спортивных соревнований с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;
- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- травмы при столкновениях во время спортивной игры;
- проведение соревнований без разминки.

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

1.8. Занятие начинается и заканчивается согласно расписанию.

1.9. Обучающийся должен:

- иметь коротко остриженные ногти;
- 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 занятия.

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

1.11. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру, который сообщает об этом администрации учреждения. При неисправности спортивного оборудования прекратить занятия и сообщить об этом тренеру.

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

1.13. Обучающиеся, нарушающие правила безопасности и требования настоящей *инструкции*, отстраняются от занятий. Со всеми обучающимися перед очередным занятием проводится внеплановый инструктаж.

2. Требования безопасности перед началом занятия баскетболом

2.1. Обучающиеся переодеваются в раздевалках в надлежащую спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую сезону и погоде. В раздевалках соблюдается чистота и порядок.

2.2. Занятие начинается с построения.

2.3. Перед изучением новой темы обучающиеся проходят инструктаж по технике безопасности, о чём делается запись в соответствующем журнале.

2.4. 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 подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;
- под наблюдением тренера 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.

2.5. Проверить исправность и надежность установки спортивного инвентаря и оборудования.

2.6. Провести разминку.

3. Требования безопасности на занятиях по баскетболу

3.1. На занятии по баскетболу обучающиеся выполняют следующие требования:

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

- при сигнале о прекращении выполнения упражнения все обучающиеся обязаны взять мячи в руки и выслушать методические указания тренера;
- выполнять только то упражнение, которое было дано тренером;
- запрещается бить мяч ногами.

Тактическая подготовка:

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

- выполнять подачу только после свистка тренера.

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.

3.2. На занятиях по баскетболу обучающиеся овладевают методами самоконтроля. При плохом самочувствии на занятии обучающийся должен прекратить занятие и уведомить тренера.

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

3.4. Во время урока по баскетболу обучающиеся должны соблюдать игровую дисциплину.

3.5. Запрещается вести игру влажными руками.

3.6. Избегать столкновений с другими участниками, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам.

3.7. При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

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

3.9. Обучающийся должен применять безопасные приемы ведения игры:

Ведение мяча

Обучающийся должен:

- выполнять ведение мяча с поднятой головой;
- при изменении направления убедиться, что на пути нет других обучающихся, с которыми может произойти столкновение;
- после выполнения упражнения взять мяч в руки и крепко его держать.

Передача

Обучающийся должен:

- ловить мяч открытыми ладонями, образуя 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.

Бросок

Обучающийся должен:

- выполнять бросок по кольцу способом, указанным тренером;
- при подборе мяча под щитом контролировать отскок мячей других учащихся.

Запрещено:

- толкать учащегося, 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.

Запрещено:

- 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;
- занимающемуся, который находится на скамейке запасных, выбегать на площадку.

3.10. При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить занятие и сообщить об этом тренеру. Занятие продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного инвентаря и оборудования.

3.11. При плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом тренеру.

3.12. О получении травмы обучающимся немедленно сообщить тренеру и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

3.13. Обучающиеся обязаны соблюдать данную *инструкцию* и «Инструкцию №9 правила безопасности и предупреждения травматизма для обучающихся МБУ ДО ДТДМ на занятиях физической культурой и спортом, при проведении спортивных мероприятий».

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях на занятиях баскетболом

4.1. В процессе занятия предупреждать возникновение аварийных ситуаций:

- не курить в спортивных помещениях, раздевалках, тренажёрной комнате;
- не приносить отравляющие вещества и не распылять их в раздевалках, спортивных помещениях, на территории учреждения;
- не приносить взрывоопасные вещества;
- не уходить самовольно с занятия;
- не оставаться в раздевалках на время занятия;
- в случае аварийной ситуации, следовать указаниям тренера.

4.2. При плохом самочувствии, получении травмы немедленно прекратить занятие и сообщить о случившемся тренеру.

4.3. При возникновении любой аварийной ситуации обучающиеся должны быть собранными, не создавать паники и четко выполнять указания тренера.

4.6. При появлении запаха гари немедленно прекратить занятие и сообщить тренеру.

4.7. Не пытайтесь самостоятельно устранить неисправность, сообщите о ней тренеру.

4.8. В случае появления задымления или возгорания, при пожаре необходимо немедленно прекратить занятие, отключить питание на розетки (на электрооборудование), оповестить голосом о пожаре, вызвать пожарную охрану по телефону 01 (101), сообщить тренеру (при отсутствии – иному должностному лицу), по указанию тренера организованно, без паники немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством тренера, покинуть помещение (место проведения занятий) через запасные выходы согласно плану эвакуации.

4.9. В случае угрозы или возникновения очага опасного воздействия техногенного характера, угрозы или приведения в исполнение террористического акта следует руководствоваться Планом эвакуации, инструкцией о порядке действий в случае угрозы и возникновении ЧС террористического характера.

5. Требования техники безопасности по окончании занятия баскетболом

5.1. По команде тренера, обучающиеся организованно строятся в шеренгу.

5.2. После подведения итогов, 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. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

5.5. Тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

РАЗРАБОТАЛ

Заместитель директора
по учебно-воспитательной работе

Е.Г. Морозова

СОГЛАСОВАНО

Специалист по охране труда

С.С. Лебедева

Лист ознакомления с Инструкцией № 37 по технике безопасности для обучающихся МБУ ДО ДТДМ при проведении занятий по баскетболу

№ п/п	Ф.И.О.	Должность/профессия	Дата ознакомления	Подпись
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				
36				
37				
38				
39				
40				