

Утверждаю:
Директор школы: *Кочетова И.Б.* Кокорева
« *27* » *августа* 2021
156

**Инструкция №3
по технике безопасности для учащихся
по спортивным играм.**

Общие требования безопасности:

1. К занятиям по спортивным играм допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
2. Занятия должны проходить на сухой площадке или сухом полу.

Опасность возникновения травм

- При падении на твердом покрытии.
- При столкновении.
- При наличии посторонних предметов на площадке и вблизи.

Требования безопасности перед началом занятий

1. Надеть спортивную форму и обувь с нескользкой подошвой.
2. Провести физическую разминку всех групп мышц.
3. Коротко остричь ногти, снять все украшения (кольца, перстни, серьги, часы и т. д.)
4. Очки должны закрепляться резинкой и иметь роговую оправу.

Требования безопасности во время занятий

1. Во время занятий вблизи площадке не должно быть посторонних лиц
2. Соблюдать игровую дисциплину, особенно во время обучающих тренировок.
3. Не вести игру влажными руками.
4. Пользоваться защитными приспособлениями (наколенниками, налокотниками и т.д.).

Требования безопасности в аварийных ситуациях

1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю.
2. При получении травмы немедленно сообщить о случившемся учителю
3. Все занимающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь.

Требования безопасности по окончании занятий

1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
2. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом