Согласовано председателем ПК Мирных А.В. _____ Протокол № 1	Согласовано общешкольным родительским комитетом «02» октября 2020 год	Утверждаю и. о. директора Коломийцева П.С. _____ № приказа 1219 «06» X 2020 год

Инструкция № 12
по технике безопасности при занятии подвижными играми

1. Общие требования техники безопасности

1.1. Занятия подвижными играми в спортивном зале проводятся только с исправным спортивным инвентарем и оборудованием.

1.2. К занятиям подвижными играми допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.3. При занятиях подвижными играми возможно возникновение травм:
- при падении на твердом покрытии;
- при нахождении в зоне удара;
- при блокировке мяча;
- при столкновениях;
- при наличии посторонних предметов на площадке и вблизи.

1.4. При занятиях подвижными играми обучающиеся должны:
- иметь коротко остриженные ногти;
- заходить в спортивный зал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения учителя;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- внимательно слушать объяснение правил игры;
- строго выполнять правила игры;
- начинать игру только по сигналу учителя;
- знать и выполнять настоящую инструкцию.

1.5. «Водящие» должны слегка касаться рукой убегающих, не хватать и не толкать их в спину, не ставить подножек. «Пойманные» игроки, которые обязаны выйти из игры согласно правилам, должны осторожно, не мешая другим, покинуть игровую площадку и сесть на скамейку. За несоблюдение мер безопасности обучающийся может быть отстранен от занятий.

1.6. При занятиях подвижными играми у учителя должна быть медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.7. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю, который сообщает об этом администрации учреждения.

1.8. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать установленный порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены.

1.9. С обучающимися, допустившими невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности, проводится внеплановый инструктаж.

2. Требования техники безопасности перед началом занятий

2.1. Надеть спортивную форму и обувь с нескользящей подошвой. Иметь коротко

остриженные ногти.
2.2. Снять с себя предметы, представляющие опасность (кольца, часы и т.п.)
2.3. Убрать из карманов спортивной формы все предметы.
2.4. Под руководством учителя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий.
2.5. По команде учителя встать в строй для общего построения.
2.6. Внимательно прослушать инструктаж по технике безопасности при занятии подвижными играми.

3. Требования техники безопасности во время занятий

Игры с догонялками:

3.1. Убегающие должны:
- смотреть в направлении своего движения;
- исключать резкие стопорящие движения;
- во избежание столкновения с другими играющими замедлять скорость своего бега и останавливаться;
- помнить, что нельзя толкать в спину впереди бегущих, забегать на скамейки. Пойманные у стены игроки, но оставшиеся в игре, согласно правилам, должны отойти от нее на один-два метра.

Игры с перебежками:

3.2. Обучающийся должен:
- пропустить вперед тех, кто бежит сильнее;
- не изменять резко направление своего движения;
- не выбегать за пределы игровой площадки;
- заблаговременно замедлять бег при пересечении контрольной линии;
- не останавливать себя, упираясь руками или ногой в стену.

Игры с мячом:

3.3. Обучающийся должен:
- не бросать мяч в голову играющим;
- соизмерять силу броска мячом в игроков в зависимости от расстояния до них;
- следить за перемещением игроков и мяча на площадке, не мешать овладеть мячом игроку, который находится ближе к нему;
- не падать на пол, когда хочет увернуться от мяча;
- ловить мяч захватом двумя руками снизу.

Эстафеты:

3.4. Обучающийся должен:
- начинать эстафету только после сигнала учителя;
- выполнять эстафету по своей дорожке;
- если инвентарь игрока оказался на полосе другой команды, осторожно забрать его, вернуться на свою дорожку, продолжить выполнять задание;
- не выбегать преждевременно из строя, пока стоящий впереди игрок не закончил выполнять задание и не передал эстафету касанием руки;
- после передачи эстафеты встать в конец своей команды, во время эстафеты не выходить из своего строя, не садиться и не ложиться на пол.

3.5. При проведении занятий на уличной спортивной площадке при температуре воздуха +10 С надевать теплую одежду.
3.6. Пользоваться защитными приспособлениями (наколенники, налокотники и др.)

4. Требования охраны техники безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом учителю.

4.2. При получении травмы немедленно сообщить об этом учителю.

5. Требования техники безопасности по окончании занятий

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

5.2. Организованно покинуть место проведения занятия.

5.2. Переодеться.

5.3. Тщательно вымыть с мылом руки.