

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования  
«Спортивная школа «Юниор»  
г. Гая Гайского муниципального округа Оренбургской области**

**СОГЛАСОВАНО**

Председатель первичной  
профсоюзной организации МБУДО  
СШ «Юниор»

\_\_\_\_\_ Я.Н.Тимофеев  
«09» января 2025 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор МБУДО СШ «Юниор»

\_\_\_\_\_ Д.С.Докицан

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2025 г.

приказ № 13 от 09.01.2025 г.

**ИНСТРУКЦИЯ  
по охране труда  
при проведении занятий по баскетболу**

ИОТ- 021-2025

г. Гай, 2025

## **I. Общие требования**

1.1 Для занятий баскетболом спортплощадка и оборудование должны соответствовать мерам охраны труда.

1.2 К занятиям допускаются учащиеся:

- отнесенные по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам;
- прошедшие инструктаж по охране труда;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

1.3 Учащийся 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 охраны труда учащийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебно-тренировочном процессе.

1.4 При проведении занятий по баскетболу в спортивном зале соблюдать правила пожарной охраны труда, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Спортивный зал должен быть обеспечен двумя огнетушителями.

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

1.6 В процессе занятий учащиеся должны соблюдать порядок выполнения упражнений и правила личной гигиены.

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

## **II. Требования охраны труда**

2.1 Требования охраны труда перед началом занятий.

2.1.1 Перед началом занятий спортивный зал должен быть проветрен естественной сквозной системой вентиляции, подготовлен к занятиям. В случае несоответствия спортивного зала санитарно-эпидемиологическим требованиям, поставить в известность администрация Учреждения и принять меры к переносу занятия.

2.1.2 Спортивный зал открывается не менее чем за 5 мин до начала занятий. Вход в зал разрешается только в присутствии тренера-преподавателя.

2.1.3 За порядок, дисциплину, своевременное построение группы к началу занятий отвечает тренер-преподаватель.

2.1.4 Перед началом занятий тренер-преподаватель должен постараться выявить любые, даже незначительные отклонения в состоянии здоровья учащихся, с последующим их освобождением от занятий для предупреждения случаев травматизма и заболеваний.

2.1.5 Учащийся 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-преподавателя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;

- под наблюдением тренера-преподавателя 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;

- по команде тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

## 2.2 Требования охраны труда во время занятий.

2.2.1 Занятия в спортивном зале начинаются и проходят согласно расписанию или в назначенное время тренером-преподавателем по согласованию с руководителем или представителем администрации образовательного учреждения.

2.2.2 Тренер-преподаватель должен поддерживать дисциплину во время занятий и добиваться четкого выполнения своих требований и замечаний, постоянно осуществлять контроль за действиями учащихся.

2.2.3 При занятиях баскетболом должно быть исключено:

- пренебрежительное отношение к вводной части урока, разминке;
- неправильное обучение технике физических упражнений;
- нарушение дисциплины, невнимательность, поспешность.

2.2.4 .В спортивном зале не разрешается заниматься без тренера-преподавателя.

2.2.5 На занятиях запрещается иметь в одежде и принадлежностях колющие и режущие предметы (булавки, заколки и т.п.)

2.2.6 Тренер-преподаватель должен учитывать самочувствие учащихся, реагировать на их жалобы о состоянии здоровья, своевременно освобождать их от выполнения упражнений для предотвращения травматизма. При появлении во время занятий боли, а также при неудовлетворительном самочувствии, обучающийся должен прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

2.2.7 Выход учащихся из спортивного зала во время занятий возможен только с разрешения тренера-преподавателя.

2.2.8 При выполнении упражнений в движении учащийся должен:

- избегать столкновений с другими учащимися;
- перемещаясь спиной, смотреть через плечо;
- исключать резкое изменение своего движения, если этого не требуют условия игры;
- соблюдать интервал и дистанцию;
- быть внимательным при перемещении по залу во время выполнения упражнений другими учащимися;
- по окончании выполнения упражнений потоком вернуться на свое место для повторного выполнения задания с правой или левой стороны зала.

2.2.9 Ведение мяча:

- выполнять ведение мяча с поднятой головой;
- при изменении направления убедиться, что на пути нет других учащихся, с которыми может произойти столкновение;

- после выполнения упражнения взять мяч в руки и крепко его держать. 2.2.10 Передача:

- ловить мяч открытыми ладонями, образующими 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.

2.2.11 Бросок:

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

2.2.12 Не рекомендуется:

- 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.
- 2.2.13 Во время игры учащийся должен:
- следить за перемещением игроков и мяча на площадке;
  - избегать столкновений;
  - по свистку прекращать игровые действия.
- 2.2.14 Нельзя:
- 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.
- 2.3 Требования охраны труда в аварийных ситуациях.
- 2.3.1 При резком ухудшении состоянии здоровья или травмировании учащегося тренер-преподаватель должен немедленно прекратить занятия и приступить к оказанию ему первой доврачебной помощи.
- 2.3.2 Одновременно нужно отправить посыльного из числа учащихся для уведомления руководителя или представителя администрации образовательного учреждения, а также вызова медицинского работника и скорой помощи.
- 2.3.3 При оказании первой доврачебной помощи следует руководствоваться приемами и способами, изложенными в инструкции по первой доврачебной помощи, действующей в учреждении.
- 2.3.4 При неисправности спортивного оборудования прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю. Заниматься при неисправном спортивном оборудовании запрещается.
- 2.3.5 При обнаружении признаков пожара тренер-преподаватель должен обеспечить эвакуацию учащихся из опасной зоны согласно схеме эвакуации при условии их полной охраны труда. Все учащиеся проверяются в месте сбора по имеющимся у тренера-преподавателя поименным спискам.
- 2.3.6 При обнаружении пожара действия работников образовательного учреждения должны соответствовать требованиям инструкции по пожарной охране труда, действующей в учреждении.
- 2.3.7 Поведение и действие всех лиц в условиях чрезвычайной ситуации должны быть объективными, без провокации паники, быстрыми и эффективными. Руководство действиями в чрезвычайной ситуации осуществляет руководитель образовательного учреждения или назначенный им представитель администрации.
- 2.4 Требования охраны труда по окончанию занятий.
- 2.4.1 Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- 2.4.2 Проветрить спортивный зал.
- 2.4.3 После ухода учащихся закрыть раздевалку и сдать ключ на вахту.
- 2.4.4 В раздевалке при спортивном зале переодеться, снять спортивную форму (одежду и обувь).
- 2.4.5 Тщательно вымыть лицо и руки с мылом. По возможности рекомендуется принять душ.

### **III. Ответственность за неисполнение требований**

- 3.1 Лица, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний требований охраны труда.
- 3.2 Учащиеся, нарушающие правила охраны труда, отстраняются от занятий. Со всеми учащимися перед очередным занятием проводится внеплановый инструктаж.

**Лист ознакомления  
с инструкцией по охране труда  
при проведении занятий по баскетболу**

№ п/п	Ф.И.О. сотрудника	Дата ознакомления	Роспись
1	Тимофеев Я.Н.	09.01.2025	
2	Фаворов В.Н.	09.01.2025	
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			