

ВВЕДЕНИЕ

Под техникой безопасности учащихся в образовательном учреждении подразумевается комплекс мероприятий организационного и технического характера, направленных на создание безопасных условий и предотвращение несчастных случаев в ходе образовательного процесса.

За безопасность обучающихся на занятиях несёт ответственность педагог, поэтому педагогические работники должны быть обеспечены инструкциями по технике безопасной организации занятий. С этой целью разработан предлагаемый сборник инструкций по технике безопасности как на учебных занятиях, так и во время соревнований, организационно-массовых мероприятий, а также в случаях возникновения чрезвычайных ситуаций.

Педагогам следует с особым вниманием относиться к вопросам безопасности обучающихся, так как от этого зависят жизнь и здоровье детей. Чтобы уберечь обучающихся от несчастных случаев, педагоги должны систематически проводить инструктажи по технике безопасности. Согласно указаниям к ведению журнала учёта работы объединения в учреждениях дополнительного образования, руководитель объединения (педагог дополнительного образования) обязан проводить с обучающимися инструктаж по технике безопасности минимум один раз в полугодие и отмечать это в журнале на специально отведённых страницах. Помимо этого инструктаж проводится перед каждой поездкой на соревнования, перед проведением массовых мероприятий. Фиксировать проведение этих инструктажей можно в журнале учёта работы объединения на страницах, где фиксируются темы занятий, или в специальных журналах для инструктажа по технике безопасности (на усмотрение руководителя структурного подразделения).

"Принято"

Педагогическим советом
Протокол № 13
от "25" 04 2022г.

"Рассмотрено"

Заместитель директора по
УВР МБОУ СОШ № 20
И.В.Крыжов / Корота И.В.
Протокол ШМС
№ 5 от "28" 03 2022г.

"Утверждаю"

И.о. директора МБОУ СОШ
Тимченко Н. А.
Приказ № 180
№ 30 от "Мая" 2022г.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении занятий в спортивном зале.

ИОТ – 058 - 2022

I. Общие требования безопасности.

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, занимающихся в спортивном зале.
2. К занятиям физической культурой и спортом допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
3. Допускаются к занятиям в спортивном зале учащиеся только в спортивной одежде и обуви с нескользкой подошвой.
4. Запрещается входить в спортивный зал в верхней одежде.
5. Учащимся необходимо соблюдать личную гигиену.
6. Учащимся не разрешается заносить в спортивный зал портфели и сумки.
7. Учащиеся должны помнить, что травмоопасность в спортивном зале повышается при несоблюдении техники безопасности и правил поведения (травмирование рук, суставов, ушибы), а также при работе на неисправных и неподготовленных спортивных снарядах и с неисправным спортивным инвентарём.
8. Ознакомиться с путями эвакуации в чрезвычайных ситуациях.

II. Требования безопасности перед началом занятий.

1. Переодеться в спортивную одежду и обувь в раздевалке.
2. Не входить в спортивный зал без разрешения педагога.
3. Самостоятельно не включать электроосвещение.
4. Не открывать для проветривания окна и двери без указания педагога.
5. Не передвигать спортивное оборудование и снаряды без разрешения педагога.
6. Внимательно прослушать инструктаж по технике безопасности на занятиях по выбранному виду спорта.

III. Требования безопасности во время занятий.

1. Не приступать к выполнению упражнений и учебных заданий без команды педагога.
2. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах без подложенных матов.
3. Не забывать о подстраховке друг друга во время выполнения упражнений.
4. Соблюдать дисциплину и порядок на занятии.
5. Не уходить с занятия без разрешения педагога.

IV. Требования безопасности при плохом самочувствии и в аварийных ситуациях.

1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратить занятие и сообщить об этом педагогу.
2. В случае травматизма непременно обратиться к педагогу.
3. При возникновении аварийных ситуаций, по указанию педагога быстро, без паники, покинуть помещение спортивного зала по путям эвакуации.

V. Требования безопасности по окончании занятий.

1. Выходить из спортзала по команде педагога спокойно, не торопясь.
2. Вымыть с мылом руки, умыться или принять душ.
3. В раздевалке снять спортивную форму, обувь, использовать её только для занятий спортом.

"Принято"

Педагогическим советом
Протокол № 13
от "25" 04 2022г.

"Рассмотрено"

Заместитель директора по
УВР МБОУ СОШ № 20
Шубин / Коротков И.В.
Протокол ШМС
№ 5 от "28" 03 2022г.

"Утверждаю"

И.о директора МБОУ СОШ
ТГ / Тимченко Н. А.
СОШ №20
Приказ № 180
№ 30 от "30" мая 2022г.

ИНСТРУКЦИЯ**по охране труда при проведении занятий на стадионе
ИОТ – 059 - 2022****I. Общие требования безопасности.**

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, занимающихся на стадионе.
2. К занятиям физической культурой и спортом допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
3. На стадионе заниматься только в спортивной одежде и обуви с нескользкой подошвой.
4. Учащимся необходимо соблюдать личную гигиену.
5. Занятия проводятся при сухой и тёплой погоде.
6. При температуре воздуха ниже +10 заниматься в спортивных костюмах и лёгких головных уборах.

II. Требования безопасности перед началом занятий.

1. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
2. Внимательно прослушать инструктаж по технике безопасности на данном занятии.
3. Обязательно провести разминку.

III. Требования безопасности во время занятий.

1. Не приступать к выполнению упражнений и учебных заданий без команды педагога.
2. Не выполнять упражнения, не убедившись в их безопасности для себя и окружающих.
3. Не выполнять упражнения, не предусмотренные заданием педагога.
4. Соблюдать дисциплину и порядок на занятии.
5. Избегать столкновений во время разминки и выполнения заданий.
6. Не покидать стадион без разрешения педагога.

IV. Требования безопасности при плохом самочувствии и в аварийных ситуациях.

1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратить занятие и сообщить об этом педагогу.
2. В случае травматизма, непременно обратиться к педагогу.
3. При резком ухудшении погодных условий прекратить занятия и вернуться в спортивный зал.
4. При возникновении аварийных ситуаций, по указанию педагога быстро, без паники, покинуть стадион.

V. Требования безопасности по окончании занятий.

1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
2. Вымыть с мылом руки, умыться или принять душ.
3. В раздевалке снять спортивную форму, обувь, использовать её только для занятий спортом.

"Принято"

Педагогическим советом
Протокол № 13
от "25" 04 2022г.

"Рассмотрено"

Заместитель директора по
УВР МБОУ СОШ № 20
Иванов / Коротков И.В.
Протокол ШМС
№ 5 от "28" 03 2022г.

"Утверждаю"

И.о директора МБОУ СОШ
ТГ / Тимченко Н. А.
Приказ № 180
№ 30 от "мая" 2022г.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении занятий в тренажёрном зале.

ИОТ – 060 - 2022

I. Общие требования безопасности.

1. К занятиям физической культурой и спортом допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
2. Обучающиеся подготовительной и специальной медицинской групп к занятиям в тренажёрном зале не допускаются.
3. Обучающиеся должны соблюдать правила использования тренажёров, режим занятий и отдыха.
4. Посещать занятия в тренажёрном зале необходимо в спортивной одежде и спортивной обуви.
5. Учащимся необходимо знать, что тренажёрный зал оснащён медицинской аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах; огнетушителем, автоматической системой пожарной сигнализации и приточно-вытяжной вентиляцией.
6. Учащиеся должны знать правила пожарной безопасности и места расположения первичных средств пожаротушения.
7. Учащиеся обязаны знать инструкции о работе на каждом тренажёре.

II. Требования безопасности перед началом занятий.

1. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
2. Снять с себя предметы представляющие опасность для занимающихся (серьги, браслеты, часы).
3. Под руководством педагога проверить исправность и надёжность установки и крепления всех тренажёров, подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия.
4. Запрещается входить в тренажёрный зал без разрешения педагога, самостоятельно брать и пользоваться без разрешения тренажёрами, спортивным, специальным или другим инвентарём.
5. Прослушать целевой инструктаж по безопасным приёмам занятий на тренажёрах.

III. Требования безопасности во время занятий.

1. Начинать выполнение упражнений на тренажёрах и заканчивать их только по команде педагога.
2. Не выполнять упражнения на неисправных тренажёрах.
3. Соблюдать дисциплину, строго выполнять правила использования тренажёров, учитывая их конструктивные особенности.
4. Самовольно не предпринимать никаких действий, внимательно слушать и выполнять все команды педагога.

IV. Требования безопасности по окончании занятий.

1. Привести в исходное положение все тренажёры, проверить их исправность, провести влажную уборку, проветрить тренажёрный зал.
2. Организованно покинуть место проведения занятия.
3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь.
4. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

V. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях.

1. При возникновении неисправности в работе тренажёра или его поломке прекратить занятия на тренажёре, сообщить об этом педагогу. Занятия продолжать только после устранения неисправности тренажёра.
2. При получении травмы учащийся должен немедленно сообщить об этом педагогу, совместно с ним оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.
3. При возникновении чрезвычайной ситуации сохранять спокойствие и выполнять указания педагога.

"Принято"

Педагогическим советом
Протокол № 13
от "25" 04 2022г.

"Рассмотрено"

Заместитель директора по
УВР МБОУ СОШ № 20
И.В.Т. / Котом И.В.
Протокол ШМС
№ 5 от "28" 03 2022г.

"Утверждаю"

И.о директора МБОУ СОШ
Н.А. / Тимченко Н. А.
Приказ № 180
№ 30 от "мая" 2022г.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении занятий по настольному теннису.

ИОТ – 061 - 2022

I. Общие требования безопасности.

1. К занятиям по настольному теннису допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
2. Опасность возникновения травм:
 - при падении на твёрдом покрытии во время игры;
 - при нахождении в зоне удара;
 - при наличии посторонних предметов вблизи стола;
 - при неисправных ракетках;
 - при игре на слабо укреплённом столе.
3. Учащиеся должны быть в спортивной форме, предусмотренной правилами игры.

II. Требования безопасности перед началом занятий.

1. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
2. Тщательно проверить отсутствие посторонних предметов вблизи стола.
3. Провести физическую разминку.
4. Внимательно прослушать инструктаж по технике безопасности при игре в настольный теннис.

III. Требования безопасности во время занятий.

1. Во время занятий вблизи игровых столов не должно быть посторонних лиц и предметов.
2. При выполнении прыжков, столкновениях и падениях игрок должен уметь применять приёмы самостраховки.
3. Соблюдать игровую дисциплину.
4. Не вести игру влажными руками.

IV. Требования безопасности по окончании занятий.

1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
2. Снять спортивную форму и спортивную обувь.
3. По возможности принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

V. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях.

1. При плохом самочувствии или получении травмы прекратить занятие и сообщить об этом педагогу.
2. Все занимающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь.
3. При возникновении чрезвычайной ситуации сохранять спокойствие и выполнять указания педагога.

"Принято"

Педагогическим советом
Протокол № 13
от "25" 04 2022г.

"Рассмотрено"

Заместитель директора по
УВР МБОУ СОШ № 20
Шарова И.В.
Протокол ШМС
№ 5 от "28" 03 2022г.

"Утверждаю"

И.о. директора МБОУ СОШ
Тимченко Н. А.
Приказ № 180
№ 30 от "мая" 2022г.

ИНСТРУКЦИЯ**по охране труда при проведении занятий по общей физической подготовке.
ИОТ – 062 - 2022****I. Общие требования безопасности.**

1. К занятиям по общей физической подготовке допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр, инструктаж по технике безопасности и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
2. Занятия по ОФП должны проводиться в спортивной форме и спортивной обуви.
3. Учащиеся должны соблюдать правила личной гигиены.
4. Опасность возникновения травм:
 - при выполнении упражнений без разминки;
 - при падениях и столкновениях.

II. Требования безопасности перед началом занятий.

1. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
2. Снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся.
3. Под руководством педагога подготовить инвентарь и оборудование, необходимое для проведения занятия.
4. Запрещается входить в зал без разрешения педагога. самостоятельно брать и пользоваться спортивным инвентарём.

III. Требования безопасности во время занятий.

1. Внимательно слушать объяснение упражнения и аккуратно выполнять задания.
2. При поточном выполнении упражнений (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы избежать столкновений.
3. Не покидать место проведения занятия без разрешения педагога.

IV. Требования безопасности по окончании занятий.

1. Выходить из спортзала по команде педагога спокойно, не торопясь.
2. Вымыть с мылом руки, умыться или принять душ.
3. В раздевалке снять спортивную форму, обувь, использовать её только для занятий спортом.

V. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях.

1. При появлении во время занятий боли, а также при плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом педагогу.
2. В случае травматизма непременно обратиться к педагогу.
3. При возникновении аварийных ситуаций, по указанию педагога быстро, без паники, покинуть помещение спортивного зала по путям эвакуации.

"Принято"

Педагогическим советом
Протокол № 13
от "25" 04 2022г.

"Рассмотрено"

Заместитель директора по
УВР МБОУ СОШ № 20
Шубин / Короткий В.В.
Протокол ШМС
№ 5 от "28" 03 2022г.

"Утверждаю"

И.о директора МБОУ СОШ
ТТ / Тимченко Н. А.
Приказ № 180
№ 30 от "Мая" 2022г.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении занятий по стрелковой подготовке.

ИОТ – 063 - 2022

I. Общие требования безопасности.

1. К занятиям по стрелковой подготовке допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
2. Опасность возникновения травм:
 - при стрельбе из неисправного оружия;
 - при нарушении правил стрельбы
3. В стрелковом тире нужно пользоваться наушниками, иметь аптечку укомплектованную необходимыми медикаментами и перевязочными средствами.

II. Требования безопасности перед началом занятий.

1. Внимательно выслушать инструктаж по технике безопасности при стрельбе.
2. Входить в стрелковый тир спокойно, по команде педагога.
3. При слабом зрении использовать очки.

III. Требования безопасности во время занятий.

1. Всегда обращайтесь с пневматическим оружием как с заряженным и взведённым.
2. Никогда не направляйте оружие на то, во что не собираетесь стрелять. Ни в коем случае не направляйте оружие на людей!
3. Оружие всегда должно быть направлено стволом в сторону мишеней, при переноске - стволом вверх.
4. Никогда не держите палец на спусковом крючке, даже если оружие разряжено и не взведено.
5. Заряжать и взводить оружие можно только на огневом рубеже по команде педагога.
6. Учитывайте возможную траекторию полёта пули при пробитии мишени, при рикошете и при промахе.
7. При стрельбе из винтовки с установленным оптическим прицелом учитывайте, что ось канала ствола находится ниже оси прицела.
8. При прицеливании через телескопический оптический прицел не касайтесь окуляра бровью. Пневматическое оружие обладает отдачей и при выстреле возможна травма брови или глаза.
9. Контролируйте территорию, на которой ведётся стрельба.
10. Не передавайте друг другу заряженное или взведённое оружие.
11. Старайтесь не оставлять оружие без присмотра.
12. Когда стрельба не ведётся, держите оружие с открытым затвором, но не заряженным.
13. Перед стрельбой проверяйте техническое состояние оружия, затяжку крепёжных винтов.
14. Не разбирайте заряженное или взведённое оружие.
15. Ремонт, настройка и проверка работоспособности оружия производится в специально отведённом месте с соблюдением всех мер безопасности.

IV. Правила безопасности при зарядке и взводе пневматического оружия.

1. При заряджении пружинно-поршневой пневматической винтовки лучше всего удерживать винтовку за ствол, когда вы вкладываете пульку в канал ствола.
2. Всегда взводите пневматическую винтовку мягко, не нужно дёргать её, открывать рывком и затем хлопнуть, чтобы закрыть.
3. Указательный палец должен располагаться перпендикулярно спусковому крючку. Фактически только средний палец обхватывает и удерживает рукоять ружья. Большой палец, безымянный и мизинец лишь покоятся на рукояти.

V. Требование безопасности во время занятий.

1. Выполнять все действия только по указанию педагога. Не брать на огневом рубеже оружие, не трогать его и не подходить к нему без команды.
2. Не выносить и не оставлять заряженное оружие на линии огня.
3. Не направлять оружие в тыл на присутствующих участников.
4. Получать патроны только на линии огня.
5. Заряжать оружие только на линии огня по команде педагога "Заряжай!"
6. Держать оружие на линии огня стволом вниз или вверх под углом 60 градусов в направлении стрельбы.
7. Не прицеливаться в мишени из незаряженного оружия, если в их расположении находятся люди.

VI. Правила безопасности при стрельбе из позиции "сидя":

- глубоко вдохните;
- повернитесь на 30 градусов от цели (вправо), ваша левая нога должна располагаться по направлению к цели;
- поднимите винтовку к плечу и приложите приклад к плечу так, как вы обычно стреляете;
- расположите винтовку на ладони левой руки;
- поставьте левый локоть на упор (поверхность стола);
- поставьте правый локоть на упор или оставьте свисать вдоль тела;
- расслабьте последовательно левую руку, плечи, спину, всё тело;
- сделайте вдох, выдохните наполовину;
- увеличьте давление на спусковой крючок;
- прицельтесь (не цельтесь слишком долго, не более 6 секунд);
- произведите выстрел, проследите за попаданием;
- выдохните

VII. Требование безопасности после окончания занятий.

1. После окончания стрельбы разрядите оружие, убедитесь, что в нём не осталось патронов.
2. Осмотр мишеней производить только после полного окончания стрельбы.
3. Произвести чистку оружия по указанию педагога в специально отведённом месте.
4. Тщательно вымыть руки и лицо с мылом.

"Принято"

Педагогическим советом
Протокол № 13
от "25" 04 2022г.

"Рассмотрено"

Заместитель директора по
УВР МБОУ СОШ № 20
Шубин / Короткая И.В.
Протокол ШМС
№ 5 от "28" 03 2022г.

"Утверждаю"

И.о. директора МБОУ СОШ
ТТ / Тимченко Н. А.
СОШ №20
Приказ № 180
№ 30 от "мая" 2022г.

ИНСТРУКЦИЯ**по охране труда при проведении занятий в плавательном бассейне.****ИОТ – 064 - 2022****I. Общие требования безопасности.**

1. К занятиям плаванием допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр, инструктаж по правилам безопасного поведения и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
2. Заниматься плаванием при недомогании и повышенной температуре, при наличии кожных заболеваний или повреждении кожных покровов, а также при заболевании ушей запрещается.
3. При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, правила личной гигиены.
4. Иметь личные плавательные принадлежности: плавки или купальник, шапочку, очки, шлёпанцы.
5. Иметь средства личной гигиены: мыло (гель), мочалку, полотенце.
6. При проведении занятий по плаванию должны быть подготовлены средства для спасания утопающих, медицинская аптечка.

II. Требования безопасности перед началом занятий.

1. Заходить в раздевалку с разрешения педагога.
2. Тщательно вымыться под душем с мылом и мочалкой без купального костюма перед входом в чашу бассейна, закрыть за собой воду.
3. Сообщить педагогу об умении или неумении плавать.
4. Сделать разминку.
5. Заходить в воду, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения в воде только с разрешения педагога или инструктора.

III. Требования безопасности во время занятий.

1. Занятие должно проходить под руководством педагога и инструктора.
2. Внимательно слушать и выполнять все команды педагога.
3. Не виснуть и не садиться на разделительные дорожки.
4. Выполнять упражнения по указанной дорожке.
5. При плавании по дорожке более 1 человека держаться правой стороны, избегать столкновения с другими занимающимися.
6. Соблюдать достаточный интервал и дистанцию.
7. Резко не изменять направление своего движения.
8. Не топить и не опрокидывать на спину друг друга, не тащить за части тела под водой, не толкаться в воде, не подавать ложной тревоги о помощи и спасении.
9. Выполнять ныряние с тумбочки по сигналу учителя.
10. Не оставаться при нырянии долго под водой.
11. Не сталкивать друг друга с бортика или тумбочки.

12. Не выходить из воды и не покидать бассейн без разрешения педагога.

IV. Требования безопасности по окончании занятий.

1. Организованно выйти из бассейна в душевую, используя специальную лестницу.
2. Снять купальный костюм (плавки), принять тёплый душ, сложить индивидуальные гигиенические принадлежности в пакет, закрыть за собой воду и проследовать в раздевалку, где насухо вытереться полотенцем и при необходимости высушить волосы феном.

V. Требование безопасности в аварийных ситуациях.

1. При проведении занятий по плаванию возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
 - травмы и утопления при прыжках в воду вниз головой;
 - купание сразу после приёма пищи;
 - судороги.
2. Не следует паниковать при судорогах. В этом случае нужно стараться держаться за разделительные канаты и звать на помощь. При оказании помощи не хватать спасающего, а помочь ему посильными действиями буксировать себя к бортику.
3. При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятие и поставить в известность педагога.
4. С помощью педагога оказать пострадавшему первую медицинскую помощь, сообщить администрации, родителям, вызвать скорую помощь.

"Принято"

Педагогическим советом
Протокол № 13
от "25" 04 2022г.

"Рассмотрено"

Заместитель директора по
УВР МБОУ СОШ № 20
Иванов / Котомцев И.В.
Протокол ШМС
№ 5 от "28" 03 2022г.

"Утверждаю"

И.о. директора МБОУ СОШ
ТГ / Тимченко Н. А.
Приказ № 180
№ 30 от "мая" 2022г.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении занятий по спортивным играм (волейбол. баскетбол).
ИОТ – 065 - 2022

I. Общие требования безопасности.

1. К занятиям по спортивным и подвижным играм допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по охране труда и технике безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
2. При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание занятий.
3. Занятия по спортивным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.
4. В процессе занятий все должны соблюдать правила проведения спортивной игры, личной гигиены, правила пожарной безопасности.

II. Требования безопасности перед началом занятий.

1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
2. Проверить надёжность установки, баскетбольных щитов, волейбольных стоек, футбольных ворот и другого спортивного оборудования.
3. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на спортивной площадке.
4. Провести разминку.

III. Требования безопасности во время занятий.

1. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру по команде педагога.
2. Строго соблюдать правила проведения спортивной игры.
3. Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.
4. При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
5. Проявлять уважение к соперникам, вести честную соревновательную игру, демонстрировать спортивную этику.
6. Внимательно слушать и выполнять все команды педагога.
7. Не покидать место занятия без разрешения педагога.

IV. Требования безопасности по окончании занятий.

1. Убрать в отведённое место спортивный инвентарь.
2. Проветрить спортивный зал.
3. Снять спортивную одежду и обувь, принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

V. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратить занятие и сообщить об этом педагогу.
2. При возникновении неисправности в работе спортивного оборудования или его поломке прекратить занятия, сообщить об этом педагогу. Занятия продолжать только после устранения неисправностей оборудования.

3. При получении травмы учащийся должен немедленно сообщить об этом педагогу, совместно с ним оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.
4. При возникновении пожара, по указанию педагога быстро, без паники, покинуть помещение спортивного зала по путям эвакуации.