

ИНСТРУКЦИЯ № _____
о правилах безопасности для обучающихся при занятиях игровыми
видами спорта

Мнение профсоюзной организации
обучающихся ВФ ВолГУ
от « 17 » 03 2026 г. № 2 учтено.
Мнение объединенного совета
обучающихся ВФ ВолГУ
от « 17 » 03 2026 г. № 5 учтено.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ВФ ВолГУ

_____**Е.В. Логинова**
« 23 » 03 2026 г.
Приказ № 07.01-07-36
« 23 » 03 2026 г.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат:
55AA851599798DB84CB7E279019CBCAF
Владелец: Логинова Елена Викторовна
Действителен: с 05.03.2026 до 05.06.2027

1. Общие правила безопасности

Для занятий игровыми видами спорта спортивная площадка и оборудование должны соответствовать правилам безопасности.

К занятиям допускаются обучающиеся:

- 1.1. Отнесенные по состоянию здоровья к основной, подготовительной и специальной (подгруппа А) медицинским группам.
- 1.2. Прошедшие инструктаж по правилам безопасности при занятиях игровыми видами спорта.
- 1.3. Имеющие спортивную обувь на нескользящей подошве и форму, не стесняющую движений и соответствующую виду и условиям проведения занятий.

Обучающийся обязан:

- 1.4. Иметь коротко стриженные ногти.
- 1.5. Заходить в зал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения преподавателя.
- 1.6. Бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию. Использовать его только по назначению.
- 1.7. Знать и соблюдать правила игры.

Название документа: Инструкция о правилах безопасности для обучающихся при занятиях игровыми видами спорта
--

Разработчик: Ведущий специалист по охране труда Ю.С. Франц	Страница 1 из 7	Версия 1
--	-----------------	----------

Копия с данного оригинала при распечатке недействительна без заверительной надписи
--

1.8. Знать и выполнять настоящую инструкцию.

За несоблюдение правил безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебном процессе.

2. Правила безопасности перед началом занятий

Обучающийся обязан:

2.1. Переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь.

2.2. Снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях спортом (часы, серьги, браслеты и т.п.).

2.3. Убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы (наушники, мобильные устройства и т.п.).

2.4. Под руководством преподавателя приготовить инвентарь и оборудование, необходимые для занятия.

2.5. Под наблюдением 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.

2.6. Использование мобильных устройств, гаджетов во время занятия строго запрещено.

2.7. По команде преподавателя встать в строй для общего построения.

3. Правила безопасности во время занятий

Обучающийся обязан:

- Избегать столкновений с другими обучающимися.
- 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 обучающимися.

- По окончании выполнения упражнений потоком вернуться на свое место для повторного выполнения задания с правой или левой стороны зала.

3.1. Баскетбол

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.
- Обучающемуся, который находится на скамейке запасных, выбегать на площадку.

Название документа: Инструкция о правилах безопасности для обучающихся при занятиях игровыми видами спорта
Разработчик: Ведущий специалист по охране труда Ю.С. Франц Страница 2 из 7 Версия 1
Копия с данного оригинала при распечатке недействительна без заверительной надписи

3.1.1. Ведение мяча

Обучающийся обязан:

- Выполнять ведение мяча, избегая столкновений.
- При изменении направления убедиться, что на пути нет других участников, с которыми может произойти столкновение.
- После выполнения упражнения взять мяч в руки и крепко его держать.

3.1.2. Передача

Обучающийся обязан:

- 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.

3.1.3. Бросок

Обучающийся обязан:

- Выполнять бросок по кольцу способом, указанным преподавателем.
- При подборе мяча под щитом контролировать отскок мячей других участников.

Запрещено:

- Толкать обучающегося, бросающего мяч в прыжке.
- При броске в движении хвататься за сетки, виснуть на кольцах.
- Бить рукой по щиту.
- При попадании в корзину двух или более мячей выбивать их другим мячом.
- Бросать мячи в заградительные решетки.

3.2. Волейбол

Во время игры обучающийся должен:

- Знать простейшие правила игры и соблюдать их.
- Следить за перемещением игроков на своей половине площадки.
- Производить замены игроков на площадке, когда игра остановлена и преподаватель дал разрешение.
- Выполнять подачу и прекращать игровые действия по свистку преподавателя.
- Передавать мяч другой команде передачей под сеткой.
- По окончании партии переходить на другую сторону площадки по часовой стрелке, по возможности обходя волейбольные стойки, а, проходя под сеткой, не отвлекаться. Смотреть вперед, наклонив туловище и голову.

Во время игры запрещено:

- Дразнить соперника.
- Заходить на его сторону.
- Касаться сетки руками и виснуть на ней.
- При подаче наступать на линию, а при приеме мяча задерживать его в руках, выполнять передачу захватом.

Название документа: Инструкция о правилах безопасности для обучающихся при занятиях игровыми видами спорта
--

Разработчик: Ведущий специалист по охране труда Ю.С. Франц	Страница 3 из 7	Версия 1
--	-----------------	----------

Копия с данного оригинала при распечатке недействительна без заверительной надписи
--

3.2.1. Передача

Обучающийся обязан:

- После подбрасывания мяча над собой отбивать мяч в сторону партнера кончиками пальцев, образующими «сердечко».
- При приеме следить за полетом мяча, принимать его над головой встречным движением рук на кончики пальцев, а сильно летящий мяч – двумя руками снизу на предплечья.
- Не отбивать мяч ладонями.
- Во время передач через сетку не трогать ее руками, не толкать друг друга на сетку.

3.2.2. Подача, нападающий удар

Обучающийся обязан:

- Убедиться, что партнер готов к приему мяча.
- Соизмерять силу удара в зависимости от расстояния до партнера.
- Выполнять удар по мячу напряженной ладонью.
- Не принимать сильно летящий мяч двумя руками сверху.

3.3. Футбол

Во время игры обучающийся обязан:

- Тщательно проверить отсутствие на поле посторонних предметов.
- Провести физическую разминку.
- При выполнении прыжков, столкновениях и падениях применять приёмы самостраховки.
- Соблюдать игровую дисциплину, не применять грубые и опасные приёмы.
- Знать правила игры.

4. Правила безопасности при несчастных случаях в экстремальных ситуациях

Обучающийся обязан:

- 4.1. При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятие и поставить в известность преподавателя.
- 4.2. С помощью преподавателя вызвать медицинского работника ВФ ВолГУ или, в случае необходимости, «скорую помощь».
- 4.3. При возникновении пожара немедленно прекратить занятия, организованно под руководством преподавателя покинуть место проведения занятия согласно плану эвакуации.
- 4.4. По распоряжению преподавателя, поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

Название документа: Инструкция о правилах безопасности для обучающихся при занятиях игровыми видами спорта		
Разработчик: Ведущий специалист по охране труда Ю.С. Франц	Страница 4 из 7	Версия 1
Копия с данного оригинала при распечатке недействительна без заверительной надписи		

5. Правила безопасности по окончании занятий

Обучающийся обязан:

- 5.1. Под руководством преподавателя, убрать спортивный инвентарь в места его хранения.
- 5.2. Организованно покинуть место проведения занятия.
- 5.3. Переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь.
- 5.4. Вымыть с мылом руки.

Разработал:

Ведущий специалист по охране труда

Ю.С. Франц

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий Университетским колледжем

М.В. Парфенова

Заведующий кафедрой ИМиЕНД

А.А. Полковников

Председатель объединенного
совета обучающихся ВФ ВолГУ

А.О. Попов

Председатель профсоюзной организации
обучающихся ВФ ВолГУ

А.А. Кузнецова

Название документа: Инструкция о правилах безопасности для обучающихся при занятиях игровыми видами спорта
--

Разработчик: Ведущий специалист по охране труда Ю.С. Франц	Страница 5 из 7	Версия 1
--	-----------------	----------

Копия с данного оригинала при распечатке недействительна без заверительной надписи
--

[illegible]

Периодическое внесение изменений и дополнений в инструкцию в период между ее пересмотрами

№ П/П	Содержание изменений и дополнений	Подпись	
		Ведущий специалист по охране труда	Руководитель подразделения

Название документа: Инструкция о правилах безопасности для обучающихся при занятиях игровыми видами спорта

Разработчик: Ведущий специалист по охране труда Ю.С. Франц Страница 7 из 7 Версия 1

Копия с данного оригинала при распечатке недействительна без заверительной надписи