

Инструкция № 1
по технике безопасности при проведении занятий
для учащихся МБУДО «ДЮСШ» г. Ивангород

1. Общие требования охраны труда.

- 1.1. К занятиям по спортивным и подвижным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
- 1.2. При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.
- 1.3. При проведении занятий возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов: травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу или площадке.
- 1.4. Занятия должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.
- 1.5. При проведении занятий должна быть мед. аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.
- 1.6. Тренер-преподаватель и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.
- 1.7. О каждом несчастном случае с обучающимся тренер-преподаватель обязан немедленно сообщить администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему.
- 1.8. В процессе занятий тренер-преподаватель и обучающиеся должны соблюдать правила вида спорта, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.
- 1.9. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися, проводится внеплановый инструктаж по технике безопасности.

2. Требования перед началом занятий.

- 2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- 2.2. Проверить надежность установки и крепления спортивного оборудования.
- 2.3. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке.
- 2.4. Провести разминку, тщательно проветрить спортивный зал.

3. Требования во время занятий.

- 3.1. Начинать упражнения, делать остановки в упражнениях и заканчивать упражнения только по команде (сигналу) тренера-преподавателя.
- 3.2. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
- 3.3. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя занятий.

4. Требования в аварийных ситуациях.

- 4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.
- 4.2. При получении обучающимся травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.
- 4.3. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

5. Требования по окончании занятий.

- 5.1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь.
- 5.2. Снять спортивную одежду и спортивную обувь.
- 5.3. Принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.