

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУДО ДЮСШ г. Певск

Е.В. Овчаренко
15 января 2016 г.



Инструкция по охране труда тренеров спортивных секций и учащихся

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям в спортивных секциях допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, инструктаж по охране труда и технике безопасности.

1.2. При проведении занятий учащиеся обязаны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях,
- травмы при нарушении правил проведения занятия,
- травмы при падении на мокром, скользком полу или площадке.

1.4. Учащиеся должны избегать травм при столкновениях, падении на мокром, скользком полу или площадке, не нарушать правила проведения игры.

1.5. О каждой полученной травме необходимо немедленно поставить в известность тренера, который обязан обеспечить оказание медицинской помощи.

1.6. На тренировке обучающиеся должны соблюдать правила проведения учебно-тренировочного занятия, спортивной игры, иметь спортивную одежду и обувь, выполнять требования личной гигиены.

1.7. Учащимся запрещается:

- приносить на занятия колющие, режущие, легковоспламеняющиеся предметы;
- бегать без разрешения тренера, открывать окна, фрамуги; толкать друг друга; бросать различные предметы друг в друга;
- трогать без разрешения учителя спортивное оборудование.

1.8. Тренер обязан:

- пройти инструктаж по охране труда при проведении занятий спортивной секции;
- подготовить спортивный инвентарь для занятий;
- провести инструктаж по охране труда и технике безопасности на тренировке, по спортивным и подвижным играм для всех учащихся с обязательным внесением записи в учебный журнал в графу «Техника безопасности». Инструктаж проводить не реже одного раза в полугодие (сентябрь, январь);
- проверить перед началом занятий одежду учащихся,
- знать медицинские показания учащихся (группа здоровья, после болезни),
- проверять исправность спортивного оборудования перед каждым занятием;
- о возникших неполадках сообщить администрации школы;
- исключить из пользования непригодное оборудование;
- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину учащихся во время занятий;
- использовать различные формы проведения разминки перед проведением тренировки.

1.9. Тренеру запрещается:

- оставлять без присмотра учащихся на занятии и после него;
- допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности на занятиях по спортивным и подвижным играм;
- использовать неисправное спортивное оборудование и инвентарь;
- ремонтировать неисправное электрооборудование самостоятельно.

1.10. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

1.11. Тренеры, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего распорядка.

2. Требования безопасности перед началом тренировки.

2.1. Тренер обязан:

- подготовить спортивный зал или спортивную площадку для обеспечения безопасности и эффективности занятия;
- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря, имеющегося в спортивном зале и на спортплощадке;
- проверять исправность спортивного оборудования перед каждой тренировкой;
- о возникших неполадках сообщить администрации спортивной школы;
- исключить использование непригодного оборудования;
- проверить надежность крепления баскетбольных щитов, волейбольной сетки, стоек, других снарядов;
- проверить одежду и обувь учащихся, ознакомиться с медицинскими показаниями;
- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину учащихся во время занятий и в процессе подготовки к ним;
- провести разминку;
- показать правильность выполнения упражнений;
- запрещается допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности на занятиях спортивных секций;
- запрещается использовать неисправное спортивное оборудование.

2.2. Учащиеся обязаны:

- разговаривать спокойным голосом;
- аккуратно сложить вещи, поставить обувь;
- соблюдать дисциплину, строго выполнять правила поведения в раздевалке;
- выполнять все требования тренера, самовольно не предпринимать никаких действий.
- иметь спортивную форму, надевать спорт. костюм и спорт. обувь с нескользкой подошвой;
- пройти инструктаж по соблюдению техники безопасности на занятиях спортивных секций;
- выполнять требования охраны труда и правила для учащихся на занятиях спортивных секций;
- приступать к основной нагрузке только после разминки.

2.3. При переодевании учащихся в гардеробе тренер обязан обеспечить устойчивую дисциплину.

2.4. Тренеру запрещается оставлять учащихся без присмотра во время переодевания.

Учащимся запрещается:

- нарушать правила охраны труда в раздевалке;
- бегать, хлопать дверью, толкать друг друга; бросать различные предметы друг в друга, двигать без разрешения тренера скамейки.

2.5. При возникновении неисправности в работе туалета, при поломке дверей или скамеек, при отсутствии электричества (не включается свет, разбита лампочка) немедленно сообщить об этом тренеру.

2.6. При получении травмы, ученик или свидетель происшедшего обязан немедленно сообщить об этом тренеру, который обязан оказать первую помощь и сообщить об этом врачу и администрации школы.

3. Требования безопасности во время тренировки.

3.1. Учащиеся обязаны:

- начинать, делать остановки и заканчивать выполнение упражнений, заданий, игр только по команде (сигналу) тренера;
- строго выполнять правила выполнения заданий, проведения подвижной или спортивной игры;
- избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков;
- при падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы;
- внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) тренера.

Учащимся запрещается:

- организовывать спортивные игры в отсутствие учителя;
- находиться на тренировочном занятии без спортивной формы и обуви;
- нарушать требования охраны труда и техники безопасности во время тренировочных занятий.

3.2. Тренер обязан:

- обеспечить безопасное участие всех учащихся в тренировке;
- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря;
- обеспечить устойчивую дисциплину на тренировке;
- обеспечить правильный показ выполнения необходимых приемов;
- придерживаться принципа доступности выполнения требований тренера учащимися, использовать личностно-ориентированный подход к учащимся.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования или инвентаря.

4.2. При появлении во время тренировки боли у учащихся, а также при их плохом самочувствии прекратить выполнение заданий.

4.3. При возникновении пожара в помещении немедленно прекратить занятие, эвакуировать учащихся, сообщить о пожаре администрации спортивной школы и в ближайшую пожарную часть и приступить к ликвидации очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

4.4. При получении травм немедленно оказать пострадавшему первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить о случившемся администрации спортивной школы.

4.5. При поражении электрическим током немедленно отключить напряжение и в случае отсутствия у пострадавшего дыхания и пульса сделать ему искусственное дыхание или непрямой массаж сердца до восстановления дыхания и пульса и отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании занятий.

5.1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь.

5.2. Проверить техническое оснащение.

5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь.

5.4. Вымыть лицо и руки с мылом.

5.5. Учащиеся обязаны:

- снять спортивную одежду, спортивную обувь, сложить вещи в пакет;
- тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Учащимся запрещается:

- разбрасывать вещи, нарушать установленный порядок расстановки скамеек в раздевалке;
- ходить в уличной обуви по спортивной площадке, в залах борьбы и бокса.

5.6. Тренер обязан:

- обеспечить устойчивую дисциплину во время переодевания учащихся;
- следить за правильным использованием туалетной комнаты;
- обеспечить аккуратную расстановку скамеек в раздевалке;
- сопровождать учащихся до выхода из здания спортивной школы.

Тренеру запрещается:

- оставлять учащихся без присмотра;
- разрешать учащимся ходить в уличной обуви по спортивной площадке, в залах борьбы и бокса.

5.7. Для обеспечения порядка по окончании тренировки дети должны проходить в гардероб только в сопровождении тренера.

5.8. Учащимся запрещается:

- во время пребывания в гардеробе брать, надевать, прятать чужие вещи.
- играть в подвижные игры на ступеньках спортивной школы или другого учреждения, на базе которого проводится мероприятие;
- влезать на балкон и прыгать с него;
- толкать друг друга, предпринимать по отношению к другим детям любые действия, способные нанести травму.

5.9. При выходе из спортивной школы необходимо соблюдать правила безопасного поведения на проезжей части.