


СОГЛАСОВАНО
Председатель профкома
ГБУ ДО ДТ «Измайловский»

Е.Ю.Косачева
29.08.2016 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор
ГБУ ДО ДТ «Измайловский»
А.И. Бальшева
Приказ № 159 от 29.08.2016 г.

ИНСТРУКЦИЯ № 020-2016
по охране труда при проведении занятий по общей физической подготовке,
спортивных и подвижных игр, спортивных соревнований

1. Общие требования охраны труда

1.1 К занятиям по общей физической подготовке, спортивных и подвижных игр, спортивных соревнований (далее – ОФП) допускаются обучающихся в возрасте с 6 лет, прошедшие инструктаж по охране труда и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2 При проведении занятий по ОФП необходимо соблюдать расписание занятий, установленные правила, режим занятий и отдыха.

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

- травмы при проведении занятий с использованием неисправных спортивных снарядов, оборудования и спортивного инвентаря;
- травмы при падении, при столкновениях во время бега или игр, при нахождении в зоне броска во время соревнований по метанию;
- травмы при выполнении прыжков в длину или высоту;
- травмы при выполнении упражнений без страховки, с нарушением техники безопасности;
- травмы при выполнении упражнений без использования гимнастических матов;
- выполнение занятий без разминки.

1.4. При проведении занятий по ОФП необходимо соблюдать правила:

- пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения;
- личной гигиены.

1.5. В помещении (спортивном зале) должна быть:

- медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах;
- огнетушитель.

1.6. Работники, 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 норм и правил охраны труда.

1.7. С обучающимися, допустившими невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, проводится внеплановый инструктаж.

2. Требования охраны труда перед началом занятий.

2.1. Педагог должен:

- проветрить помещение; убедиться, что температура воздуха на месте занятий не ниже 19°C;
- включить освещение и убедиться в исправной работе светильников (должны быть надежно закреплены, иметь светорассеивающую арматуру, коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, должны гореть все лампы);
- проверить исправность и надежность спортивных снарядов, инвентаря и оборудования;
- визуально убедиться в исправности электрооборудования, корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов;
- при использовании на занятиях электрической звуковоспроизводящей аппаратуры убедиться в ее исправности и целостности подводящих кабелей и электровилок.

2.2. Обучающиеся должны:

- при проведении занятий в спортивном зале надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой;

3. Требования охраны труда во время занятий.

3.1. Педагог должен:

- в начале занятия довести до обучающихся технику безопасности выполнения физических упражнений, провести разминку;
- следить за соблюдением обучающимися техники безопасности;
- в местах соскоков со спортивных снарядов положить гимнастические маты;
- при выполнении упражнений на полу использовать гимнастические коврики или маты;
- не оставлять обучающихся одних без контроля в помещении зала.

3.2. Обучающийся должен:

- строго соблюдать технику безопасности при выполнении физических упражнений, выполнять правила спортивных и подвижных игр, соревнований;
- выполнять упражнения только с разрешения педагога;
- не стоять близко к спортивным снарядам при выполнении упражнений другими обучающимися;
- при выполнении упражнений потоком (один за другим), игр, соревнований избегать столкновений, толчков, ударов, соблюдать достаточные интервалы,
- при падениях группироваться во избежание получения травм;
- перед выполнением упражнений по метанию убедиться в отсутствии людей в секторе метания;
- при выполнении упражнений на полу использовать гимнастические коврики или маты;
- соблюдать правила личной гигиены и порядок выполнения упражнений;
- при плохом самочувствии или при несчастном случае прекратить занятие и сообщить об этом педагогу.

3.3. При неисправности оборудования и инвентаря необходимо прекратить занятие, продолжать его только после устранения неисправности или их замены. Не производить самостоятельно их разборку и ремонт.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При обнаружении пожара или признаков горения (задымления, запаха гари, повышения температуры и т.п.) незамедлительно:

- приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения;
- при невозможности потушить очаг возгорания с помощью первичных средств пожаротушения, прекратить занятие, эвакуировать обучающихся;
- позвонить в пожарную охрану по тел.: «01» (вызов пожарной охраны с мобильного телефона: Мегафон - «01» или «112» и после ответа оператора набрать «1», МТС – «010», Билайн – «001», Теле2 – «01» или «010» в зависимости от модели телефона), назвать адрес объекта, место возникновения пожара;
- сообщить администрации учреждения.

4.2. При получении травмы необходимо оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения. При необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.3. При поражении электрическим током оказать пострадавшему первую помощь, при отсутствии 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 охраны труда по окончании занятий

5.1. Обучающийся должен:

- убрать спортивный инвентарь;
- снять спортивный костюм и спортивную обувь;
- вымыть лицо и руки с мылом;

5.2. Педагог должен:

- убрать инвентарь и оборудование в отведенное для хранения место, проверить соответствие количества выданного и собранного;
- отключить электрооборудование;
- тщательно проветрить спортивный зал.