

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа олимпийского резерва № 3»
муниципального образования «Тахтамукайский район»
Республики Адыгея .**

«Утверждаю»
Директор МБОУ ДО ДЮСШ Яблоновского г\п
Р.К.Каде.

« 18 » _____ 2023 г.

**ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда для обучающихся
при проведении занятий
по спортивным играм.
ИОТ-021/1-2008**

1 Общие требования безопасности:

К занятиям по спортивным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

Опасные факторы:

- травмы при падении на скользком полу;
- выполнение упражнений без разминки;
- травмы при грубой игре и невыполнение требований судьи.

1.3 При занятиях спортивными играми должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.4 После окончания занятий спортивными играми принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

2 Требования безопасности перед началом занятий:

Занятия по спортивным играм проводятся на спортивных площадках и в залах, имеющих размеры, отвечающие требованиям правил игры.

Занятия должны проходить на сухой площадке. Если игра проводится в зале, пол должен быть чисто вымытым и сухим. Запрещается проводить занятия на полу, натертом мастикой.

Запрещается играть с кольцами, браслетами на руках, серьгами в ушах и другими украшениями.

Ногти должны быть коротко острижены.

Провести разминку.

Все острые и выступающие предметы должны быть заставлены матами и ограждены.

3 Требования безопасности во время занятий:

3.1 На занятиях необходимо строго соблюдать дисциплину, выполнять требования и указания судьи, преподавателя, тренера, капитана команды.

3.2 Все занимающиеся обязаны быть в спортивной форме (спортивный костюм, майка, трусы, кеды, кроссовки).

Тренировочные игры должны проходить в соответствии с правилами данных видов спорта.

Занятия должны проходить под руководством преподавателя, тренера или инструктора-общественника. При выполнении упражнений поточным способом учащиеся должны соблюдать дистанцию и интервал.

4 Требования безопасности в аварийных ситуациях:

При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю (преподавателю).

При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать учащихся из спортивного зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

При получении учащимся травмы немедленно оказать помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, а также родителям пострадавшего, при необходимости отправить в ближайшее лечебное учреждение.

5 Требования безопасности по окончании занятий:

Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Инструкцию разработали

Специалист по охране труда

Заместитель директора по АХР

