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

«Утверждаю»
Директор МБО УДО ДЮСШ Яблоновского г\п
_____ Р.К.Каде.
«_18_» _____ 2023 г.

Инструкция №___

по технике безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по спортивным и подвижным играм в МБУ ДО СШОР № 3 МО « Тахтамукайский район» .

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

1.1. К занятиям спортивными и подвижными играми допускаются обучающиеся МБУ ДО СШОР № 3 МО « Тахтамукайский район» , прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья
1.2. При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы тренировки и отдыха, правила личной гигиены
1.3. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
- травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падении на мокром, скользком полу или площадке
1.4. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации школы. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю
1.5. Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.
1.6. Обучающиеся должны соблюдать правила пожарной безопасности
1.7. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой
2.2. Проверить надежность установки и крепления стоек и перекладин футбольных ворот, баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования
2.3. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке
2.4. Провести разминку
2.5. Тщательно проветрить спортзал

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

3.1. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде тренера-преподавателя
3.2. Строго соблюдать правила проведения подвижной игры
3.3. Избегать столкновения с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков
3.4. При падении необходимо сгруппироваться во избежании получения травмы 3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды тренера-преподавателя

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.
4.2. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом тренеру-преподавателю или администрации школы, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.
4.3. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю. Занятия продолжить только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря

4.4. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, провести эвакуацию, при этом четко выполнять распоряжения тренера-преподавателя, исключив панику

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ

5.1. Снять спортивную обувь и спортивный костюм.
5.2. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки мылом.
5.3. Убрать спортивный инвентарь в отведенное для хранения место
5.4. Провести влажную уборку и проветривание спортивного зала

Инструкция разработана _____Ф.Ч.Джаримовой.