

муниципальное казенное учреждение дополнительного образования
Детско-юношеская спортивная школа Камышинского муниципального района Волгоградской области

СОГЛАСОВАНО:

Председатель ППО МКУ ДО ДЮСШ
Камышинского муниципального района
Волгоградской области

 /Е.В. Паршина/
Протокол № 08 2023 г. № 8

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКУ ДО ДЮСШ
Камышинского муниципального района
Волгоградской области

 /Н.В. Козлова/
Приказ «31» 08 2023 г. № 94

ИНСТРУКЦИЯ № 1.15 ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ ЗАНЯТИЯХ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКОЙ

ИНСТРУКЦИЯ № 1.15 по охране труда при занятиях легкой атлетикой

1. Общие требования безопасности

1.1. Настоящая инструкция составлена в соответствии с Положением о разработке инструкций по охране труда Положение о порядке разработки и учета инструкций по охране труда в МКУ ДО ДЮСШ Камышинского муниципального района Волгоградской области; в соответствии с Методическими рекомендациями по разработке государственных нормативных требований охраны труда, утвержденных Постановлением Минтруда России от 17 декабря 2002 г. № 80; с Разделом X ТК РФ и является обязательной для исполнения всеми работниками образовательной организацией.

1.2. К занятиям допускаются лица, ознакомившиеся с данной инструкцией, расписавшиеся в журнале инструктажа по технике безопасности и прошедшие медицинский осмотр.

1.3. К занятиям допускаются обучающиеся в соответствующей данному виду спорта одежде и обуви и соблюдающие личную гигиену;

1.4. Спортивный зал должен быть обеспечен огнетушителями и табличкой с указанием на месторасположение аптечки, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим;

1.5. Тренер-преподаватель должен правильно организовать проведение учебно-тренировочных занятий;

1.6. Запрещается входить и заниматься в зале и на площадке без тренера-преподавателя;

1.7. Опасные факторы:

- при несоблюдении ТБ (травмирование рук, ног, суставов; ушибы);
- при работе на неисправных и неподготовленных спортивных снарядах.
- наличие посторонних предметов на площадке, беговой дорожке, прыжковой яме и т.д.
- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- травмы при нахождении в зоне броска во время занятий по метанию;
- выполнение упражнений без разминки.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Тренер-преподаватель должен:

- проверить санитарно-гигиенические и технические условия в местах занятий (стены спортивного зала должны быть ровными, без выступающих частей и фрагментов (штырей, крюков и т.п.));
- тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме – месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.
- протереть насухо снаряды для метания (диск, ядро, гранату и т. д.)
- проверить исправность оборудования, спортивного инвентаря, одежды и обуви воспитанников;
- ознакомить воспитанников с правилами поведения и техникой безопасности во время учебно-тренировочного занятия;
- проверить состояние здоровья воспитанников перед тренировкой.

2.2. Обучающиеся должны:

- одеть спортивную одежду и обувь с нескользкой подошвой;
- спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, войти в спортзал или площадку;
- внимательно прослушать инструктаж по ТБ;
- в случае недомогания, сообщить об этом тренеру-преподавателю.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Тренер-преподаватель обязан:

- правильно провести разминку с соответствующей подготовкой мышечного и связочно-суставного аппаратов к работе;

3.2. Обучающиеся:

- должны соблюдать дисциплину на занятиях;
- должны знать правила игры;
- не должны трогать спортивное оборудование и снаряды без указания тренера-преподавателя;
- не должны проводить занятия без тренера-преподавателя;

При групповом старте на короткие дистанции:

- бежать только по своей дорожке;
- исключить резко «стопорящую» остановку во избежание столкновений.

При выполнении прыжков:

- не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, не приземляться при прыжке на руки;

При выполнении метания:

- перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания;
- не производить метания без разрешения тренера-преподавателя, не оставлять без присмотра спортивный инвентарь;
- не стоять справа от метаемого, не находиться в зоне броска, не ходить за снарядами без разрешения учителя (преподавателя);
- не подавать снаряд для метания друг другу броском;

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. Тренер-преподаватель:

- должен при получении обучающимися травмы немедленно оказать помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.
- при аварийных ситуациях, возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать воспитанников из спортивного зала и сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть. Приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.

4.2. Обучающиеся:

- должны прекратить занятие при плохом самочувствии, внезапном заболевании или травме и сообщить об этом тренеру-преподавателю;
- при возникновении аварийной ситуации, пожара, по указанию тренера-преподавателя, быстро без паники покинуть помещение спортивного зала.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Тренер-преподаватель должен:

- убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь;
- проверить все ли обучающиеся покинули место занятия.

5.2. Обучающиеся должны:

- снять спортивную одежду и спортивную обувь;
- принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом;
- сообщить тренеру-преподавателю обо всех недостатках, замеченных во время занятий.

6. Заключительные положения

6.1. Проверка и пересмотр настоящей инструкции осуществляется не реже одного раза в 5 лет;

6.2. Инструкция должна быть досрочно пересмотрена в следующих случаях:

- при пересмотре межотраслевых и отраслевых правил и типовых инструкций по охране труда;
- при изменении условий;
- при внедрении новой техники и (или) технологии;
- по результатам анализа материалов расследования аварий, несчастных случаев и профессиональных заболеваний;
- по требованию представителей органов по труду субъектов РФ или органов федеральной инспекции труда.

Инструкцию разработал ответственный по охране труда

 /Кочешко С.С./