

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБУ ДО СШОР № 5
г. Туапсе МО Туапсинский район
_____ А.А. Караказян
МП
«___» _____ 202__.

ИНСТРУКЦИЯ ИОТ № по охране труда для инструктора по спорту

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

1.1. К самостоятельной работе тренером-преподавателем допускается лицо в возрасте не моложе 18 лет, имеющее соответствующее образование, прошедшее соответствующую подготовку, медицинский осмотр, инструктажи: по охране труда, по электробезопасности, по пожарной безопасности, по антитеррористической деятельности, по гражданской обороне и чрезвычайным ситуациям, по обеспечению доступности для МГН, а также не имеющее противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При работе инструктор по спорту должен соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, установленные режимы труда и отдыха, а также требования настоящей инструкции, инструкции о мерах пожарной безопасности, инструкции по электробезопасности, инструкции по антитеррористической деятельности, инструкции по ГО и ЧС.

1.3. В процессе работы необходимо соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.

1.4. Занятия во время учебно - тренировочного процесса должны проводиться в спортивной одежде с использованием средств защиты. В спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.5. При проведении занятий в спортивном зале возможно воздействие следующих опасных факторов:

- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности спортивного зала;
- травмы при падении или столкновении во время проведения тренировочного процесса, при страховке детей;
- травмы в связи с неиспользованием средств защиты;
- травмы при выполнении упражнений без разминки;
- поражение электрическим током при использовании неисправных электрических приборов;
- снижение работоспособности и ухудшение общего самочувствия ввиду переутомления.

1.6. В спортивном зале должен быть вывешен комнатный термометр для контроля температурного режима.

1.7. Инструктор по спорту должен соблюдать правила пожарной безопасности, знать место расположения первичных средств пожаротушения и направления эвакуации при пожаре.

1.8. При возникновении несчастного случая при исполнении инструктором по спорту трудовых обязанностей незамедлительно сообщить об этом в администрацию спортшколы, в зависимости от вида травмы применить аптечку первой помощи, вызвать скорую медицинскую помощь. Согласно ст. 227 ТК РФ данное происшествие подлежит расследованию в установленном порядке.

1.9. Несчастные случаи, произошедшие с кем-либо из обучающихся спортшколы во время учебно - тренировочного процесса, также подлежат расследованию и учету. Поэтому при их возникновении действовать в соответствии с «Положением о расследовании и учете несчастных случаев с обучающимися МБУ ДО СШОР № 5 г. Туапсе МО Туапсинский район». При этом незамедлительно сообщить о происшествии в

администрацию спортшколы, вызвать скорую медицинскую помощь, поставить в известность о случившемся родителей либо иных законных представителей потерпевшего, в зависимости от вида травмы применить аптечку первой медицинской помощи, при необходимости остановить кровотечение.

1.9.1. Лицо, допустившее нарушение или невыполнение требований инструкции по охране труда, рассматривается, как нарушитель производственной дисциплины и может быть привлечен в соответствии с трудовым законодательством к дисциплинарной ответственности (ст. 192 ТК РФ), а в зависимости от последствий - и к уголовной; если нарушение связано с причинением материального ущерба, то виновный может привлекаться к материальной ответственности в установленном порядке.

2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

2.1. Обеспечить личную безопасность при производстве работ:

2.1.1. Надеть полагающуюся по нормам спортивную одежду, обувь с нескользкой подошвой. Использовать средства защиты: в соответствии с видом спорта;

2.1.2. Не держать в карманах острые, бьющиеся и другие посторонние предметы,

2.1.3. Осмотреть место проведения занятий, иные помещения: раздевалки, душевые и др.;

2.1.4. Проверить наличие исправность спортивного инвентаря, приспособлений и другого оборудования;

2.1.5. Подготовить рабочее место для безопасной работы:

- произвести его осмотр, убрать все лишние предметы, не загромождая при этом проходы;

- проверить подходы к инвентарю и оборудованию.

2.2. Включить освещение зала для учебно - тренировочных занятий, убедиться в исправной работе светильников.

2.3. Также убедиться в исправности электрооборудования в спортивном зале: светильники должны быть надежно закреплены, электрические коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

2.4. При использовании во время проведения соревнований звуковоспроизводящей музыкальной аппаратуры убедиться в ее исправности и целостности подводящих проводов и кабелей.

2.5. Проверить санитарное состояние спортивного зала и проветрить его, открыв окна и двери. Оконные блоки открывать в режиме верхнего проветривания. Закончить проветривание за 30 минут до прихода обучающихся.

2.6. Убедиться в том, что температура воздуха в зале не ниже 19°C.

2.7. Во избежание падения и травмирования обучающихся убедиться в том, что спортивный инвентарь исправен и надежно закреплен, проверить надежность установки ринга, фиксации канатов, крепления шведских стенок и иного спортивного оборудования для дальнейшего проведения разминки.

2.8. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов в секторе выполнения учебно - тренировочного процесса.

3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

3.1. Поддерживать дисциплину и порядок во время занятий, следить за тем, чтобы занимающиеся выполняли все указания:

- внимательно слушали и выполняли все команды (сигналы); - строго соблюдали правила поведения;
- находились только на указанном месте;
- по возможности избегали столкновений друг с другом, соблюдали безопасное расстояние между парами;
- не выполняли упражнения на неровном, скользком покрытии;
- при падении не приземлялись на руки, старались группироваться во избежание получения травмы.

3.2. Не разрешать детям самовольно покидать место проведения занятий.

3.3. Перед началом учебно – тренировочного процесса обязательно провести с обучающимися небольшую разминку.

3.4. Обеспечить оптимальное размещение и передвижение обучающихся.

3.5. Лично контролировать все действия обучающихся в рамках учебно - тренировочного процесса:

- формировать состав участников (в соответствии с видом спорта) с учетом уровня подготовленности каждого обучающегося и его весовой категории;
- немедленно пресекать любые проявления неконтролируемого поведения (техника, психика);
- немедленно прекращать выполнение упражнений в опасной для здоровья ситуации (в соответствии с видом спорта.);
- организовать немедленное оказание первой помощи при возникновении травмы.

3.6. При выполнении упражнений на шведской стенке, других спортивных снарядах на высоте от пола обязательно страховать детей от падения, не разрешать им самостоятельно без разрешения подниматься на высоту.

3.7. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы между детьми, чтобы не было столкновений.

3.8. При выполнении прыжков и соскоков следить за тем, чтобы дети приземлялись мягко на носки ступней, пружинисто приседая.

3.9. При проведении подвижных игр и соревнований следить за тем, чтобы не было столкновений между детьми, толчков и ударов по рукам и ногам.

КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩЕНО:

- выполнение действий, заведомо способствующих возникновению травмы;
- выполнение действий в режиме «неконтролируемой техники»;

4 ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

4.1. Выключить электрические приборы (звуковоспроизводящие).

4.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

4.3. Проветрить спортивный зал, закрыть окна, выключить электроосвещение.

4.4. Снять спортивную одежду, спортивную обувь, принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

5.1. При возникновении пожара немедленно эвакуировать обучающихся из спортивного зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре в администрацию спортшколы и ближайшую пожарную часть по телефону 01 либо 112.

5.2. При поражении электрическим током немедленно отключить напряжение, незамедлительно вызвать скорую медицинскую помощь, в случае отсутствия у пострадавшего дыхания и пульса сделать ему искусственное дыхание или провести непрямой (закрытый) массаж сердца до восстановления дыхания и пульса.

5.3. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

Разработал:

Зам. директора (по АХР)