

**Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы»**

СОГЛАСОВАНО
Протокол ПК
от 09.08.2024г. № 10

УТВЕРЖДЕНО
приказом МУДО ЦВР
от 09.08.2024г. № 346

**ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ МУДО ЦВР ПО ТЕХНИКЕ
БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ РАБОТЕ С ТАТАМИ
(ИТБ-112-2024)**

Инструкция для обучающихся при использовании татами:

- Не проводить приёмы близко к краю татами и за его пределами.
- Прекратить приём, если партнёр находится в опасном положении, грозящем ему травмой, вывести его из этого положения.
- Прекратить немедленно все действия по первому требованию педагога.
- Овладеть приёмами самостраховки и довести их до автоматизма.
- При падении не упираться прямыми руками о татами.
- Не проводить приёмы, требующие большой силы или высокой координации в состоянии сильной усталости.
- Не сидеть на татами и не бороться лёжа, если рядом выполняются технические действия в стойке другими обучающимися.
- Во время занятий на татами запрещается принимать пищу или жевать жевательную резинку.
- В целях безопасности перед занятиями снимаются все украшения, включая обручальные кольца и крестики.

Инструкцию разработал зам. директора по безопасности: Я.И.Гречка