

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТЕЙ
«ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ
ШКОЛА «ЮНИОР» Г. НАХОДКА

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ ДОД
ДЮСШ «Юниор» г. Находка
А.В. Павлик
« 10 » 06 2015 г.



ИНСТРУКЦИЯ

10.06.2015 № 074

г. Находка

По мерам безопасности для обучающихся на
занятиях в спортивном зале

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. Занятия в спортзале проводятся только с исправным спортивным инвентарем и оборудованием.

1.2. Спортивный зал должен быть оборудован средствами пожаротушения (огнетушитель) и иметь аптечку, укомплектованную необходимыми медикаментами и перевязочным материалом, для оказания первой доврачебной помощи пострадавшим.

1.3. К занятиям допускаются учащиеся:

- прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к учебно-тренировочным занятиям;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

Учащийся должен:

- иметь коротко остриженные ногти;
- заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения тренера-преподавателя;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- знать и выполнять настоящую инструкцию.

За несоблюдение мер безопасности учащийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебном процессе.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ

2.1. Переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;

2.2. Снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, висячие сережки и т. д.).

2.3. Убрать из карманов спортивной формы, колющиеся и другие посторонние предметы.

2.4. Под руководством тренера-преподавателя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий.

2.5. Убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии.

2.6. По команде тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

3.1. Внимательно слушать объяснение упражнения и аккуратно выполнять задания.

3.2. Брать спортивный инвентарь с разрешения тренера-преподавателя и использовать оборудование по его назначению, не виснуть на баскетбольных фермах и кольцах.

3.3. Выполнять упражнения на исправных снарядах с разрешения тренера-преподавателя, а сложные технические элементы — со страховкой.

3.4. При выполнении упражнений потоком соблюдать достаточный интервал и дистанцию;

3.5. При перемещениях по залу избегать столкновений.

3.6. Не покидать место проведения занятия без разрешения тренера-преподавателя.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ И ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность тренера-преподавателя.

4.2. С помощью тренера-преподавателя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь».

4.3. При возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством тренера-преподавателя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации.

4.5. По распоряжению тренера-преподавателя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ

5.1. Под руководством тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь в места его хранения.

5.2. Организованно покинуть место проведения занятия.

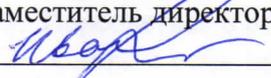
5.3. Переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.4. Вымыть с мылом руки.

СОГЛАСОВАНО

Ответственный за ОТ:

заместитель директора по АХР

 А.М. Ивакина.