

Муниципальное автономное образовательное учреждение  
дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа»  
муниципального района Миякинский район Республики Башкортостан

СОГЛАСОВАНО

Председатель первичной профсоюзной  
организации МАОУ ДО «ДЮСШ» МР  
Миякинский район РБ

 А.Р. Минигулова  
« 01 » 11 2023 г.

Приказом директора МАОУ ДО  
«ДЮСШ» МР Миякинский район РБ  
№ 133 от 01.11.2023 г.



ИНСТРУКЦИЯ

По охране труда для учащихся при проведении учебно-тренировочных занятий

ИОТ-051-2023

## **1. Общие требования безопасности**

1.1. Правила настоящей инструкции являются обязательными при организации и проведении учебно-тренировочных занятий с учащимися в Муниципальном автономном образовательном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» муниципального района Миякинский район Республики Башкортостан (далее – Учреждение).

1.2. При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения для учащихся, расписание учебно-тренировочных занятий.

1.3. Проведение занятий с применением неисправного оборудования или спортивного инвентаря, без специальной спортивной одежды, а также в отсутствии тренера-преподавателя, не допускается.

1.4. Учащиеся должны знать местонахождение медицинской аптечки.

1.5. При проведении учебно-тренировочных занятий возможно воздействие на учащихся следующих опасных факторов:

- **физические** (твердое покрытие или грунт, спортивное оборудование и инвентарь, опасное напряжение в электросети, система вентиляции и др.);
- **химические** (пыль и др.).

1.6. Во время учебно-тренировочных занятий учащиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.7. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, проводящему занятие.

1.8. Учащимся запрещается без разрешения тренера-преподавателя подходить к имеющимся в спортивном зале, на площадке и во вспомогательных помещениях оборудованию и инвентарю и пользоваться им.

1.9. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда, и со всеми учащимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

## **2. Требования охраны труда перед началом занятий.**

2.1. Перед началом занятий учащиеся обязаны:

- переодеться в спортивный костюм и надевать чистую спортивную обувь;
- пройти инструктаж по охране труда по выбранным видам спорта.

## **3. Требования охраны труда во время занятий.**

3.1. Перед началом занятий учащийся должен:

- Провести разминку.
- Выполнять упражнения только с разрешения тренера-преподавателя.
- Не выполнять упражнения на неисправных, непрочных установленных и ненадежно закрепленных тренажерах.

3.2. Во время занятий Учащимся запрещается:

- приносить на занятия колющие, режущие, легковоспламеняющиеся предметы;
- без разрешения тренера-преподавателя, открывать окна, форточки, фрамуги;
- толкать друг друга; бросать друг в друга различные предметы;
- без разрешения преподавателя пользоваться спортивным оборудованием, включать-выключать освещение;
- без разрешения преподавателя покидать место проведения занятий.

#### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.**

4.1. При неисправности спортивного оборудования или плохом самочувствии учащийся обязан прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

4.2. При получении травмы учащийся обязан немедленно проинформировать тренера-преподавателя. Преподаватель обязан организовать оказание медицинской помощи и сообщить о несчастном случае администрации Учреждения.

4.3. При возникновении пожара организованно покинуть Учреждение. Не уходить домой, не предупредив об этом тренера-преподавателя.

#### **5. Требования охраны труда по окончании занятий.**

5.1. Выполнить комплекс восстановительных упражнений (Заминку).

5.2. Под наблюдением тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь в отведенное для хранения место.

5.3. Выполнить гигиенические процедуры (вымыть руки и лицо с мылом).

