

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
№ 13 от 01.11.2023 г.



ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда для учащихся при проведении учебно-тренировочных занятий в
спортивном зале

ИОТ-052-2023

1. Общие требования охраны труда

1.1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, занимающихся в спортивном зале.

1.2. К занятиям в спортивных залах допускаются учащиеся Муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» муниципального района Миякинский район Республики Башкортостан (далее - Учреждение), прошедшие инструктаж по технике безопасности не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья для занятий спортом.

1.3. При проведении занятий в спортивном зале возможно воздействие на учащихся следующих опасных факторов:

- при включении электроосвещения (поражение электротоком)
- при несоблюдении техники безопасности (травмирование рук, суставов, ушибы)
- при работе на неисправных и неподготовленных спортивных снарядах.

1.4. Занятия в спортивном зале должны проводиться в спортивной одежде и обуви, исключающей скольжение.

1.5. Тренер-преподаватель и учащиеся должны знать местонахождение медицинской аптечки.

1.6. Во время занятий тренер-преподаватель и учащиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.7. В процессе занятий тренер-преподаватель и учащиеся должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.8. С учащимися, допустившими невыполнение или нарушение инструкции по охране труда и со всеми остальными учащимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования охраны труда перед началом занятий

2.1. Переодеться в спортивную одежду в раздевалке.

2.2. Не входить в спортивный зал без разрешения тренера-преподавателя или команды дежурного.

2.3. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, войти в спортзал.

2.4. Не включать самостоятельно электроосвещение.

2.5. Не открывать дверь для проветривания без указания тренера-преподавателя.

2.6. Не передвигать спортивное оборудование и снаряды без указания тренера-преподавателя.

2.7. Внимательно прослушать инструктаж по технике безопасности на данном занятии.

3. Требования охраны труда во время занятий

3.1. Не приступать к выполнению упражнений и учебных заданий без команды тренера-преподавателя.

3.2. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах без подложенных матов.

3.3. Перед работой на снарядах протереть их сухой, чистой тканью.

3.4. Не забывайте о подстраховке друг друга во время выполнения упражнений.

3.5. Нельзя метать мячи навстречу друг другу, в работе пары должен быть один мяч.

3.6. Не выполняйте упражнения, не предусмотренные заданием тренера-преподавателя.

3.7. Соблюдайте дисциплину и порядок на занятии.

3.8. Не уходите с занятий без разрешения тренера-преподавателя.

3.9. Перед выполнением упражнения убедитесь в отсутствии близко стоящих к снаряду учащихся.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратите занятия и сообщите об этом тренеру-преподавателю.

4.2. В случае травматизма сообщите тренеру-преподавателю, он окажет вам первую помощь.

4.3. При возникновении аварийных ситуаций, пожара, по указанию тренера-преподавателя и работников Учреждения быстро, без паники, покиньте помещение спортивного зала.

5. Требования охраны труда по окончании занятий

5.1. После окончания занятия учащийся должен:

5.2. Выйти из спортзала по команде тренера-преподавателя спокойно, не торопясь.

5.3. Снять спортивную форму, обувь.

5.4. При обнаружении неисправности оборудования, системы вентиляции, работы сантехнических систем, нарушения целостности окон проинформировать об этом тренера-преподавателя, работников Учреждения.

