

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.



## ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда для учащихся при проведении учебно-тренировочных занятий  
по спортивным играм  
ИОТ-056-2023

## 1. Общие требования.

1.1. К занятиям по спортивным и подвижным играм допускаются учащиеся Муниципального автономного образовательного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» муниципального района Миякинский район Республики Башкортостан (далее – Учреждение), прошедшие инструктаж по охране труда при проведении занятий и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья для занятий спортом.

1.2. При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на учащихся следующих опасных факторов:

– **Физические:** травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу спортивного зала или площадке, ушибы тела и пальцев рук, опасное напряжение в электрической сети, реже – переломы, следствием плохой разминки могут стать растяжения и разрывы мышц голени, повреждения коленного сустава.

– **Химические:** пыль

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

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

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

1.7. С учащимися, допустившими невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности и со всеми остальными учащимися проводится внеплановый инструктаж по технике безопасности.

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

## 2. Требования охраны труда перед началом игр

2.1. Перед проведением спортивных и подвижных игр надеть удобную спортивную одежду и спортивную обувь по сезону.

2.2. Визуально оценить состояние выключателей, включить полностью освещение в спортивном зале или ином помещении и убедиться в исправности электрооборудования:

- осветительные приборы должны быть исправны, надежно подвешены к потолку, иметь целостную светорассеивающую защитную конструкцию;
- уровень искусственной освещенности в спортивном (физкультурном) зале должен составлять не менее 200 люкс;
- коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, корпуса выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

2.3. Проверить окна на наличие трещин и иное нарушение целостности стекол.

2.4. При проведении спортивных и подвижных игр в спортивном (физкультурном) зале убедиться в наличии надлежащего теплового режима:

- для детей до 7 лет в холодный период года - 19-21°C, в теплый период года - не более 28°C, нижняя граница идентична холодному периоду года;
- для детей старше 7 лет в холодный период года - 18-20°C, в теплый период года - не более 28°C, нижняя граница идентична холодному периоду года

2.5. В дождливые дни спортивные и подвижные игры проводятся в помещении.

2.6. Удостовериться в наличии первичных средств пожаротушения, срока их пригодности и доступности, в наличии аптечки первой помощи и укомплектованности ее медикаментами.

2.7. Провести осмотр санитарного состояния спортивного (физкультурного) зала или иного помещения для подвижных игр, а также оценить покрытие пола, которое не должно быть сырым, иметь дефекты и повреждения.

2.8. Произвести сквозное проветривание помещения в соответствии с показателями продолжительности, указанными в СанПиН 1.2.3685-21, открыв окна и двери.

2.9. Убедиться в свободности выхода из помещения.

- 2.10. Убедиться в безопасности рабочего места, проверить на устойчивость и исправность спортивное оборудование.
- 2.11. Убедиться в целостности и исправности спортивного (игрового) инвентаря с учётом требований к проводимой игре.
- 2.12. Проверить накачку мячей, натяжение волейбольной сетки, крепление баскетбольных щитов и правильность разметки поля.
- 2.13. При проведении спортивных игр проследить за соблюдением требований к спортивной форме детьми.
- 2.14. Приступать к проведению спортивных и подвижных игр разрешается после выполнения подготовительных мероприятий и устранения всех недостатков и неисправностей.

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

- 3.1. Во время проведения спортивных и подвижных игр соблюдать порядок в помещении (зале), не загромождать выходы и подходы к первичным средствам пожаротушения.
- 3.2. Провести с детьми инструктаж по правилам безопасности при проведении спортивной (подвижной) игры, напомнить правила игры, обозначить опасные факторы.
- 3.3. Поддерживать дисциплину и порядок во время спортивных или подвижных игр, не разрешать детям самовольно уходить из помещения, не оставлять детей одних без контроля.
- 3.4. Следить за безопасным ходом игры, исключать конфликтные ситуации во время игры, возможность столкновения детей друг с другом.
- 3.5. Строго соблюдать установленные нормы и требования, а также рекомендации по дозировке физической нагрузки для детей.
- 3.6. Спортивное оборудование и спортивный (игровой) инвентарь применять только в исправном состоянии, соблюдая правила безопасности и утверждённые методики.
- 3.7. При проведении игры быть внимательным, не отвлекаться посторонними делами.
- 3.8. Тренеру-преподавателю при проведении спортивных (подвижных) игр запрещается:
  - допускать к использованию неисправное спортивное оборудование и (или) спортивный (игровой) инвентарь;
  - использование спортивного оборудования и инвентаря не по прямому назначению;
  - скапливать неиспользуемое спортивное оборудование и инвентарь в месте непосредственного осуществления игры.
- 3.9. При использовании музыкальной техники запрещается:
  - включать в электросеть и отключать от неё электроприборы мокрыми руками;
  - нарушать последовательность включения и выключения;
  - размещать на электроприборах предметы (бумагу, ткань, вещи и т.п.);
  - перемещать включенные в электросеть приборы;
  - разбирать включенные в электросеть приборы;
  - прикасаться к оголенным или с поврежденной изоляцией проводам и шнурам питания;
  - сгибать и заземлять шнуры питания;
  - оставлять без присмотра включенные электроприборы.
- 3.10. Соблюдать правила передвижения в помещении и на территории:
  - во время перемещения быть внимательным и контролировать изменение окружающей обстановки;
  - не проходить ближе 1,5 метра от стен здания;
- 3.11. Соблюдать при проведении спортивных и подвижных игр настоящую инструкцию, иные инструкции по охране труда при использовании спортивного оборудования и инвентаря, установленный режим рабочего времени и времени отдыха.

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

- 4.1. Перечень основных возможных аварий и аварийных ситуаций, причины их вызывающие:
  - техническая неисправность спортивных снарядов вследствие износа;
  - пожар, возгорание, задымление, поражение электрическим током, вследствие неисправности электрооборудования в спортивном зале (физкультурном зале);
  - прорыв системы отопления, водоснабжения из-за износа труб;
  - террористический акт или угроза его совершения.

- 4.2. В случае возникновения технической неисправности спортивного оборудования, спортивного (игрового) инвентаря тренер-преподаватель должен остановить игру, изъять данное оборудование (инвентарь) или ограничить к нему доступ, и не использовать его до полного устранения неисправностей и получения разрешения заместителя руководителя по административно-хозяйственной работе.
- 4.3. В случае появления задымления или возгорания в спортивном (физкультурном) зале, ином помещении, в котором проводится игра, тренер-преподаватель обязан немедленно остановить игру, вывести детей из помещения – опасной зоны, вызвать пожарную охрану по номеру телефона 101 (112), оповестить голосом о пожаре и вручную задействовать АПС, сообщить руководителю (при отсутствии – иному должностному лицу). При условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей принять меры к ликвидации пожара в начальной стадии с помощью первичных средств пожаротушения.
- 4.4. В случае получения травмы или плохого самочувствия тренер-преподаватель обязан остановить игру, позвать на помощь, воспользоваться аптечкой первой помощи, поставить в известность руководителя (при отсутствии иное должностное лицо) и обратиться в медицинский пункт.
- 4.5. При плохом самочувствии или получении травмы иным работником или ребенком оказать ему первую помощь, вызвать медработника Учреждения или транспортировать пострадавшего в медицинский кабинет, при необходимости, вызвать скорую медицинскую помощь по номеру телефона 103 и сообщить о происшествии прямому руководителю. Обеспечить до начала расследования сохранность обстановки на месте происшествия, а если это невозможно (существует угроза жизни и здоровью окружающих) – фиксирование обстановки путем фотографирования или иным методом.
- 4.6. В случае угрозы или возникновения очага опасного воздействия техногенного характера, угрозы или приведения в исполнение террористического акта следует руководствоваться Планом эвакуации, инструкцией о порядке действий в случае угрозы и возникновении ЧС террористического характера.

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

- 5.1. Огласить результаты игры. Собрать у детей спортивный (игровой) инвентарь, проверить на целостность и разместить в местах хранения.
- 5.2. Провести осмотр санитарного состояния спортивной площадки, спортивного (физкультурного) зала, или иного помещения, в котором проводилась игра.
- 5.3. Убедиться в свободности выходов из помещения.
- 5.4. Провести сквозное проветривание помещения.
- 5.5. Отключить музыкальную технику и иные приборы от электросети.
- 5.6. Удостовериться в противопожарной безопасности помещения, что противопожарные правила соблюдены, огнетушители находятся в установленных местах.
- 5.7. Проконтролировать проведение обработки спортивного инвентаря с использованием мыльно-содового раствора.
- 5.8. Закрыть окна, вымыть руки, перекрыть воду в помещении.
- 5.9. Известить руководителя (при отсутствии иное должностное лицо) о недостатках, влияющих на безопасность труда, обнаруженных во время работы.

