

-
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
города Набережные Челны «Детский физкультурно-оздоровительный центр
«Дельфин №8»

-
Согласовано
Председатель первичной профсоюзной
организации

Р.В.Арзамасцева



-
Введено в действие приказом
от 04.05. 022 г. № 35

ИНСТРУКЦИЯ
по технике безопасности для обучающихся
при проведении занятий по ОФП
ИТБ – 09 – 2022

1. Общие требования безопасности.

- 1.1. К занятиям по ОФП допускаются дети дошкольного возраста и обучающиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.2. При проведении занятий по ОФП соблюдать дисциплину и правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.
- 1.3. При проведении занятий по ОФП возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
 - Травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
 - Травмы при столкновении занимающихся
 - Выполнение упражнений без разминки.
- 1.4. При проведении занятий по ОФП должна быть медаптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.
- 1.5. , который сообщает об этом администрации ДФОЦ «Дельфин №8». При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом педагогу дополнительного образования.
- 1.6. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены.
- 1.7. Переход занимающихся к новому месту занятий, игровому полю, лыжной или кроссовой дистанции проводить организованно. При переходе и при движении по проезжей части соблюдать дорожные правила. Переход через улицу проводить только при остановившемся транспорте, по команде преподавателя, который переходит последним.
- 1.8. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда , привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования охраны труда перед началом занятий.

- 2.1. Проветрить спортивный зал.
- 2.2. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- 2.3. Подготовить спортивный зал к безопасной работе, убрать посторонние предметы, все острые и выступающие предметы должны быть заставлены матами или ограждены.
- 2.4. Запрещается заниматься с кольцами, браслетами на руках, серьгами в ушах и с другими украшениями.
- 2.5. Ногти должны быть хорошо острижены.
- 2.6. Очки должны быть закреплены резинкой и иметь роговую оправу.
- 2.4. Провести разминку.

3. Требования охраны труда во время занятий.

- 3.1. Все упражнения с передачами, особенно броски мяча, должны выполняться только по команде учителя. При ловле мяча нападающий видит только мяч, переданный партнером, и не может реагировать на мяч, брошенный из соседней пары. Это может привести к травме.
- 3.2. Во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановку.
- 3.3. Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, на мокром полу, не приземляться при прыжках на руки.
- 3.4. Перед выполнением упражнений посмотреть, достаточно ли места для его выполнения.
- 3.5. Не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.
- 3.6. Не подавать спортивное снаряжение друг другу броском.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

- 4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом педагогу дополнительного образования.
- 4.2. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации ДФОЦ «Дельфин №8», при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение

5. Требования охраны труда по окончании занятий.

- 5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- 5.2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
- 5.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.