


Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа п.Пятницкое Волоконовского района Белгородской области»

Согласовано:

Председатель профсоюзной организации
МБУ ДО «ДЮСШ п.Пятницкое»
 /Н.Остапенко /
Протокол №1 от «20» 01 2020г.

Утверждаю:

Директор МБУ ДО «ДЮСШ п.Пятницкое»
С. Губин/
Приказ №1001 «20» 01 2020г.



ИНСТРУКЦИЯ

**по мерам безопасности для учащихся во время тренировочных занятий по спортивной борьбе (дзюдо, рукопашный бой)
ИОТ №012 - 2020**

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по спортивной борьбе допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Учащиеся подготовительной и специальной медицинских групп к занятиям по спортивной борьбе не допускаются.

1.2. При проведении занятий по спортивной борьбе возможно воздействие на обучающихся следующих опасных и вредных факторов:

- травмы при проведении приемов спортивной борьбы, ссадины и повреждения кожных покровов, ушибы при движении.

1.3. В процессе занятий учащиеся должны соблюдать правила спортивной борьбы, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены

1.4. Учащиеся обязаны:

- иметь коротко остриженные ногти;
- заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения тренера;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- внимательно слушать объяснения и запоминать их;
- соблюдать правила и не нарушать их;
- знать и выполнять настоящую инструкцию;
- за несоблюдение мер безопасности учащийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебном процессе.
- соблюдать правила поведения во время занятий, установленный режим занятий и отдыха;
- избегать травм;
- иметь спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой;

1.5. О каждом несчастном случае ученик или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить педагогу, который сообщает о несчастном случае администрации и медицинской сестре школы и принимает меры по оказанию первой помощи пострадавшему.

1.6. Учащимся запрещается:

- приносить на тренировку колющие, режущие, легковоспламеняющиеся предметы;
- бегать без разрешения педагога, открывать окна, фрамуги;
- толкать друг друга;
- бросать различные предметы друг в друга;
- трогать без разрешения педагога спортивное оборудование.

1.7. Учащиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и выходы экстренной эвакуации.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь. Снять с себя предметы, представляющие опасность для себя и других занимающихся (часы, сережки и т. д.).

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

2.3. Проверить борцовский ковер на отсутствие посторонних предметов.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Проводить действия на борцовском ковре и заканчивать действия только по команде руководителя занятий (тренера-преподавателя).

3.2. Строго соблюдать правила проведения спортивной борьбы.

3.3. Избегать во время борьбы ударов головой, толчков и ударов по рукам и ногам.

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) тренера.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении повреждений на борцовском ковре или в других местах проведения занятий прекратить занятия и сообщить тренеру. Занятия продолжить только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

4.2. При получении учащимся травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность тренера.

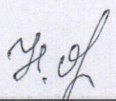
4.3. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуироваться из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения. Строго и без паники выполнять команды тренера.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

5.2. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Инструкция составлена
заместителем директора


(подпись)

/Н.Остапенко /
Ф.И.О.