

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.Еубин/
Приказ №10 от «20»01 2020г.

ИНСТРУКЦИЯ

по мерам безопасности для учащихся во время занятий в тренажерном зале ИОТ №023 2020

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1. К занятиям в тренажерном зале допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Учащиеся подготовительной и специальной медицинских групп к занятиям в тренажерном зале не допускаются.

2. Учащиеся обязаны:

- соблюдать правила использования тренажеров, установленные режимы занятий и отдыха;
- избегать травм;
- иметь спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой;
- пройти дополнительный инструктаж о работе на каждом тренажере с учетом его особенностей.

3. О каждом несчастном случае ученик или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить педагогу и медицинской сестре школы.

4. Обучающимся запрещается:

- приносить в школу 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.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ

1. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
2. Проверить исправность каждого тренажера
3. Пройти инструктаж о работе на тренажерах.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

1. Учащиеся обязаны:

- пройти инструктаж по охране труда на занятиях в тренажерном зале;
- выполнять требования охраны труда и правила для учащихся на занятиях в тренажерном зале;
- не шуметь, строго выполнять правила использования тренажеров, учитывая их конструктивные особенности;

- приступать к основной нагрузке только после разминки.
- внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) педагога.

2. Учащимся запрещается:

- заниматься на тренажерах в отсутствие тренера;
- заниматься на тренажерах без спортивной формы и обуви;
- нарушать требования охраны труда во время работы в тренажерном зале;
- выполнять упражнения на неисправных, непрочных установленных и ненадежно закрепленных тренажерах.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

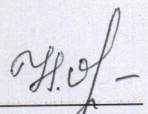
1. При возникновении неисправности в работе тренажера или его поломки прекратить занятие на тренажере, сообщить об этом тренеру. Занятия продолжать только после устранения неисправности тренажера.
2. При получении учеником травмы он обязан немедленно сообщить об этом тренеру, который должен немедленно прекратить занятие, оказать первую помощь и сообщить о случившемся медсестре и администрации.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ

1. Учащиеся должны снять спортивную одежду, спортивную обувь и тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Инструкция составлена

заместителем директора


(подпись)

/Н.Остапенко/

С инструкцией ознакомлен и
один экземпляр получил на руки:

(подпись)

Ф.И.О.