

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 №8 от «01» 09. 2022г.

Утверждаю:

Директор МБУ ДО «ДЮСШ п.
Пятницкое» /С. Губин/
Приказ №15 от «01» 09 2022г.



ИНСТРУКЦИЯ

**по охране труда для тренера- преподавателя при проведении
тренировочных занятий по муай тай (тайский бокс)
ИОТ № 29 - 2022**

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1. К проведению тренировочных занятия по боксу допускается тренер-преподаватель, прошедший ежегодную медицинскую комиссию и инструктаж по технике безопасности.
2. Опасные факторы:
 - травмы при несоблюдении правил по боксу;
 - травмы при выполнении упражнений на влажной поверхности покрытия;
 - наличие посторонних предметов в зале и на ринге.
3. Спортивный зал должен быть обеспечен огнетушителями и аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.
4. Правильная организация и проведение тренировочных занятий.
5. Последовательное и прочное освоение воспитанниками технико-тактических действий и защитных приемов.
6. После проведения учебно-тренировочных занятий по боксу принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ

1. Надеть спортивный костюм
2. Проверить санитарно-гигиенические условия в местах занятий.
3. Проверить исправность ринга, спортивного инвентаря и оборудования.
4. Стены спортивного зала должны быть ровными, без выступающих частей и фрагментов (штырей, крюков и т. п.).
5. Ознакомить воспитанников с правилами поведения и техникой безопасности во время проведения тренировочного занятия.
6. Проверить состояние здоровья воспитанников перед тренировкой.
7. Проверить состояние спортивной формы.
8. Проверить наличие необходимых защитных приспособлений: капа, шлема, бандажа, щитков на ноги, фут, эластичных бинтов и перчаток.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

1. Правильное проведение разминки с соответствующей подготовкой мышечного и связочно-суставного аппаратов к работе.
2. Не выполнять технических действий и не проводить тренировочных схваток без тренера-преподавателя.
3. Не выполнять технических действий без самостраховки.
4. Правильный подбор спарринг партнеров.
5. Занимающиеся должны располагаться по площади зала, соблюдая достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.

6. Не выполнять упражнения на влажной поверхности пола.
7. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.
8. Соблюдать дисциплину на занятиях.

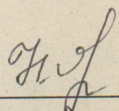
4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

1. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать воспитанников из спортивного зала и сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть. Приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.
2. При получении учащимися травмы немедленно оказать помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИЮ ЗАНЯТИЙ

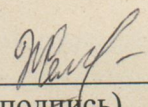
1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
2. Снять спортивную форму.
3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Инструкция составлена
заместителем директора


_____ (подпись)

/Н.Остапенко /
Ф.И.О.

С инструкцией ознакомлен и
один экземпляр получил на руки:


_____ (подпись)

Желтобров Д.В./1.09.2022г./
Ф.И.О.