

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ ДОД «ДЮСШ №3»

Т.А.Палто

« 01 » 09 2013 г.

## ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА И МЕРАМ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ ТРЕНЕРОВ-ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ

### I. Общие требования безопасности.

1. Настоящая инструкция является обязательной для тренеров-преподавателей при организации учебно-тренировочного процесса.
2. В своей практической деятельности по физическому воспитанию тренер-преподаватель должен руководствоваться настоящей инструкцией, государственными актами и документами по охране труда, разработанными Министерством Образования РФ.
3. Тренер-преподаватель несет ответственность за жизнь и здоровье обучающихся воспитанников.
4. Тренер-преподаватель должен проходить курсы (не реже 1 раза в 5 лет) по охране труда, принимать участие в испытании гимнастических снарядов и спортивного оборудования, организовывать изучение обучающимися правил по охране труда в быту и т.д.
5. Тренер-преподаватель должен знать подготовленность и функциональные возможности каждого учащегося, медицинскую группу, к которой учащиеся отнесены по результатам медосмотра.

### II. Требования безопасности перед началом занятия.

1. Трени-преподаватель обязан предоставить помещения для переодевания (отдельно мальчикам и девочкам);
2. Убедиться в том, что все учащиеся переоделись, следить за соблюдением правил поведения учащимися в раздевалках;
3. Предусмотреть меры безопасности при проведении физических упражнений, проверить исправность спортивного инвентаря, надежность крепления оборудования;
4. Проветривать помещение при помощи естественной или принудительной вентиляции, при недостаточном освещении включить осветительные приборы, проверить состояние запасного выхода.

### III. Требования безопасности во время проведения занятия.

1. Тренер-преподаватель должен соблюдать принципы доступности, последовательности при обучении учащихся и соответствия даваемых упражнений и нагрузок учебной программе;

2. Проводить разминку и увеличить время на нее при сильном ветре, пониженной температуре и повышенной влажности;
3. Не допускать проведение занятий с применением неисправного оборудования или спортивного инвентаря, без специальной спортивной одежды;
4. Снизить нагрузку или увеличить время отдыха при появлении у учащихся признаков утомления;
5. Обеспечить страховку при выполнении учащимися сложных технических элементов;
6. Следить за выполнением учащимися правил поведения на учебно-тренировочных занятиях и принимать решение об устранении учащихся от участия в тренировочном процессе за грубое или систематическое их нарушение.

#### **I. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях**

1. Тренер-преподаватель должен – при жалобе на недомогание или плохое самочувствие немедленно направить учащегося к врачу;
2. При порезах, вывихах, растяжениях, ушибах или переломах принять меры по оказанию первой медицинской помощи и вызвать «скорую помощь»;
3. При пожаре в спортивном зале открыть запасные выходы и организованно вывести учащихся согласно плану эвакуации в безопасное место, вызвать пожарных и приступить к ликвидации очага возгорания.
4. Немедленно извещает руководителя учреждения о каждом несчастном случае.

#### **II. Требования безопасности по окончании занятий**

1. Организовать учащихся для уборки спортивного инвентаря и оборудования в места его хранения;
2. Организованно вывести учащихся с места проведения занятия, провести тщательный осмотр места проведения занятия, выключить освещение, закрыть на ключ все подсобные помещения и спортзал;
3. Довести до сведения ответственного за спортивный зал (администрация школы) обо всех недостатках в обеспечении образовательного процесса.