

Принято
Тренерским советом
МБУДО СДЮСШОР №12
«Лада» г.в. Тольятти

Протокол № 9 от 25.08.16

Утверждаю
Директор МБУДО СДЮСШОР №12
«Лада» г.в. Тольятти
С.В. Матахов



Сборник инструкций по технике безопасного поведения учащихся

муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования
специализированной детско-юношеской спортивной школы олимпийского резерва
№12 «Лада» городского округа Тольятти

Составители:

Силавка Л.Н., старший инструктор-методист МБУДО СДЮСШОР №12 «Лада»
Афанасьева Е.Ю., инструктор-методист МБУДО СДЮСШОР №12 «Лада»
Макаренко Э.И., инструктор-методист МБУДО СДЮСШОР №12 «Лада»

СОДЕРЖАНИЕ:

ВВЕДЕНИЕ

ИНСТРУКЦИЯ No1 Техника безопасности для учащихся, занимающихся в спортивном зале

ИНСТРУКЦИЯ No2 Техника безопасности для учащихся занимающихся на стадионе

ИНСТРУКЦИЯ No3 Техника безопасности для учащихся при занятиях в тренажерном зале

ИНСТРУКЦИЯ No4 Техника безопасности для учащихся на занятиях по футболу

ИНСТРУКЦИЯ No5 Техника безопасности для учащихся на дорогах и на транспорте

ИНСТРУКЦИЯ No6 Техника безопасности для учащихся в чрезвычайных ситуациях и при угрозе осуществлению террористического акта

ИНСТРУКЦИЯ No7 Техника безопасности для учащихся при возникновении пожара

ИНСТРУКЦИЯ No8 Техника безопасности для учащихся во время спортивных соревнований

ИНСТРУКЦИЯ No9 Техника безопасности для учащихся при проведении массовых мероприятий

ВВЕДЕНИЕ

Под техникой безопасности учащихся в образовательном учреждении подразумевается комплекс мероприятий организационного и технического характера, направленных на создание безопасных условий и предотвращение несчастных случаев в ходе образовательного процесса. За безопасность обучающихся на занятиях несет ответственность педагог, поэтому все педагогические работники должны быть обеспечены инструкциями по технике безопасной организации занятий. С этой целью разработан предлагаемый сборник инструкций по технике безопасности как на учебных занятиях, так и во время соревнований, организационно-массовых мероприятий, поездок, экскурсий, походов и т.д., а также в случаях возникновения чрезвычайных ситуаций.

Педагогам следует с особым вниманием относиться к вопросам безопасности обучающихся, т.к. от этого зависят жизнь и здоровье детей. Чтобы уберечь обучающихся от несчастных случаев, педагоги должны систематически проводить инструктажи по технике безопасности. Согласно указаниям к ведению журнала учета работы

объединения в учреждениях дополнительного образования, руководитель объединения (педагог дополнительного образования) обязан проводить с обучающимися инструктаж по технике безопасности минимум один раз в полугодие и отмечать это в журнале

на специально отведенных страницах. Помимо этого инструктаж проводится перед каждым выходом учебных групп на экскурсии, в походы, перед поездками на соревнования, перед проведением массовых мероприятий и т.д. Фиксировать проведение этих инструктажей можно в журнале учета работы объединения на страницах, где фиксируются темы занятий, или в специальных журналах для инструктажа по технике безопасности (на усмотрение руководителя структурного подразделения, руководителя комнаты школьника).

ИНСТРУКЦИЯ № 1

Техника безопасности для учащихся, занимающихся в спортивном зале

I. Общие требования безопасности

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, занимающихся в спортивном зале.
2. К тренировочным занятиям допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
3. Допускаются к занятиям в спортивном зале учащиеся только в спортивной одежде и обуви с нескользкой подошвой.
4. Запрещается входить в спортивный зал в верхней одежде.
5. Учащимся необходимо соблюдать личную гигиену.
6. Учащимся не разрешается заносить в спортзал портфели и сумки.
7. Учащиеся должны помнить, что травмоопасность в спортивном зале повышается при несоблюдении ТБ (травмирование рук, суставов, ушибы), а также при работе на неисправных и неподготовленных спортивных снарядах и с неисправным спортивным инвентарем.
8. Ознакомиться с путями эвакуации в чрезвычайных ситуациях.

II. Требования безопасности перед началом занятий

1. Переодеться в спортивную одежду в раздевалке.
2. Не входить в спортивный зал без разрешения тренера.
3. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, войти в спортзал.
4. Не включать самостоятельно электроосвещение.
5. Не открывать дверь для проветривания без указания педагога.
6. Не передвигать спортивное оборудование и снаряды без указания тренера.
7. Внимательно прослушать инструктаж по ТБ при занятиях по выбранному виду спорта.

III. Требования безопасности во время занятий

1. Не приступать к выполнению упражнений и учебных заданий без команды тренера.
2. Не забывать о подстраховке друг друга во время выполнения упражнений.
3. Нельзя метать мячи навстречу друг другу, в работе пары должен быть один мяч.
4. Не выполнять упражнения, не предусмотренные заданием тренера.
5. Соблюдать дисциплину и порядок на занятии.
6. Не уходить с занятия без разрешения тренера.

IV. Требования безопасности при плохом самочувствии и в аварийных ситуациях

1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратить занятия и сообщить об этом тренеру.
2. В случае травматизма сообщить тренеру.
3. При возникновении аварийных ситуаций, пожара по указанию тренера быстро, без паники, покинуть помещение спортивного зала по путям эвакуации.

V. Требования безопасности по окончании занятий

1. Выходить из спортзала по команде тренера спокойно, не торопясь.
2. Вымыть с мылом руки, умыться или принять душ.
3. Снять спортивную форму, обувь, использовать её только для занятий спортом.

ИНСТРУКЦИЯ № 2

Техника безопасности для учащихся на стадионе

I. Общие требования безопасности

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, занимающихся на стадионе.
2. К занятиям допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
3. На стадионе заниматься только в спортивной одежде и обуви с нескользкой подошвой.
4. Учащимся необходимо соблюдать личную гигиену.
5. Занятия проводятся при сухой, тёплой погоде.
6. При температуре воздуха ниже +10 град. заниматься в спортивных костюмах.

II. Требования безопасности перед началом занятий

Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
Внимательно прослушать инструктаж по ТБ на данном занятии.
Провести разминку.

III. Требования безопасности во время занятий

1. Не приступать к выполнению упражнений без команды тренера.
2. Не выполнять упражнения, не убедившись в их безопасности для себя и окружающих.
3. Не выполнять упражнения, не предусмотренные заданием тренера.
4. Соблюдать дисциплину и порядок на занятии.
5. Не снимать спортивную обувь, не бегать босиком.
6. Во время спортивной игры избегать столкновения.
7. Не покидать стадион без разрешения тренера.

IV. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях

1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратить занятия и сообщить об этом тренеру.
2. В случае травматизма сообщить тренеру.
3. При резком ухудшении погоды прекратить занятия на стадионе.
4. При возникновении чрезвычайных ситуаций по указанию тренера быстро, без паники, покинуть стадион.

V. Требования безопасности по окончании занятий

1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
2. Уходить со стадиона после разрешения тренера спокойно, не торопясь.
3. Обо всех недостатках, замеченных во время занятий, сообщить тренеру

ИНСТРУКЦИЯ № 3

Инструкция по соблюдению мер безопасности при занятиях в тренажерном зале

I. Общие требования безопасности

1. К занятиям в тренажерном зале допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
2. Обучающиеся подготовительной и специальной медицинских групп к занятиям в тренажерном зале не допускаются.
3. Обучающиеся должны соблюдать правила использования тренажеров, режим занятий и отдыха.
4. При проведении занятий в тренажерном зале возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
 - травмы при проведении занятий на неисправных, непрочных установленных и незакрепленных тренажерах;
 - травмы при нарушении правил использования тренажеров, а также при нарушениях установленных режимов занятий и отдыха.
5. Посещать занятия в тренажерном зале необходимо в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.
6. Учащимся необходимо знать, что тренажерный зал оснащен медаптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах; огнетушителем, автоматической системой пожарной сигнализации и приточно-вытяжной вентиляцией.
7. Учащиеся должны знать правила пожарной безопасности и места расположения первичных средств пожаротушения.
8. Учащиеся должны знать инструкции о работе на каждом тренажере.
9. О каждом несчастном случае пострадавший учащийся или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру, который информирует о несчастном случае администрацию учреждения и принимает меры по оказанию первой помощи пострадавшему.
10. Во время занятий в тренажерном зале обучающиеся должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

II. Требования безопасности перед началом занятий

1. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
2. Снять с себя предметы, представляющие опасность для занимающихся (серьги, браслеты, часы и т. д.).
3. Под руководством тренера проверить исправность и надежность установки и крепления всех тренажеров, подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия.
4. Запрещается входить в тренажерный зал без разрешения тренера, самостоятельно брать и пользоваться без разрешения тренажерами, спортивным, специальным или другим инвентарём.
5. Прослушать целевой инструктаж по безопасным приемам занятий на тренажерах.

III. Требования безопасности во время занятий

1. Начинать выполнение упражнений на тренажерах и заканчивать их только по команде (сигналу) тренера.
2. Не выполнять упражнения на неисправных, непрочных установленных и ненадежно закрепленных тренажерах.
3. Соблюдать дисциплину, строго выполнять правила использования тренажеров, учитывая их конструктивные особенности.
4. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) педагога, самовольно не предпринимать никаких действий.
5. Соблюдать установленные режимы занятий и отдыха.

IV. Требования безопасности по окончании занятий

1. Привести в исходное положение все тренажеры, проверить их исправность, провести влажную уборку.
2. Проветрить тренажерный зал и провести влажную уборку.
3. Организованно покинуть место проведения занятия.
4. Снять спортивную форму и спортивную обувь.
5. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

V. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях

1. При возникновении неисправности в работе тренажера или его поломке прекратить занятия на тренажере, сообщить об этом тренеру. Занятия продолжать только после устранения неисправности тренажера.
2. При получении травмы учащийся должен немедленно сообщить об этом педагогу, совместно с ним оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.
3. При возникновении пожара немедленно эвакуировать учащихся из тренажерного зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.
4. При возникновении чрезвычайной ситуации сохранять спокойствие и выполнять указания педагога.

Техника безопасности для учащихся на занятиях по футболу

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по спортивным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж.

1.2. Опасные факторы:

- травмы при падении на скользком грунте;
- выполнение упражнений без разминки;
- травмы при грубой игре и не выполнение требований судьи.

1.3. При занятиях футболом

должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.4. После окончания занятий футболом

принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

2. Требования безопасности перед началом занятий по футболу

2.1. Занятия по футболу проводятся на стадионах, футбольных полях и залах, имеющих размеры, отвечающие требованиям правил игры по футболу , мини - футболу и футзалу.

2.2. Тренер до начала занятий проверяет состояние, готовность, футбольного поля и наличие необходимого инвентаря. Проверяет прочность ворот, наличие посторонних предметов на поле.

2.3. Инструктирует участников по технике безопасности, правилами игры, безопасной технике отбора мяча.

2.4. При занятии в спортивном зале проверяет полы, на полах после влажной уборки играть запрещается.

2.5. Проводить занятия по футболу разрешается на полях с ровным покрытием (без ям, канав, камней, луж) защищенных от проезжих магистралей, загазованности и запыления.

3. Требования безопасности во время занятий по футболу

3.1. На занятиях необходимо строго соблюдать дисциплину, выполнять требования и указания судьи, преподавателя, тренера, капитана команды.

3.2. Все занимающиеся обязаны быть в спортивной форме (спортивный костюм, майка, трусы), однотипной спортивной обуви и защитной экипировке

3.3. Тренировочные игры должны проходить в соответствии с правилами футбола.

3.4. Занятия должны проходить под руководством тренера.

3.5. Во время занятий на футбольном поле не должно быть посторонних лиц и предметов, которые могут стать причиной травм. За воротами и в 10 метрах около них, а также в секторах для метания и прыжков не должны находиться посторонние лица и спортсмены, занимающиеся другими видами спорта.

3.6. Во время проведения игр учащихся должны соблюдать игровую дисциплину и порядок выполнения полученных заданий, соблюдать игровую дисциплину, не применять грубых и опасных приемов, вести игру согласно правил соревнований

4. *Требования безопасности в аварийных ситуациях*

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

4.2. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать учащихся из спортивного зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

4.3. При получении учащимся травмы немедленно оказать помощь пострадавшему, сообщить об этом родителям пострадавшего, при необходимости отправить в ближайшее лечебное учреждение.

5. *Требования безопасности 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.

ИНСТРУКЦИЯ №05

Правила безопасного поведения учащихся на дорогах и на транспорте

1. При выходе на улицу посмотри сначала налево, потом направо, чтобы не помешать прохожим.
2. Маршрут в Центр внешкольной работы выбирай самый безопасный, тот, где надо реже переходить улицу или дорогу.
3. Когда идешь по улицам города, будь осторожен. Не торопись.
4. Иди только по тротуару не спеша, по правой стороне.
5. Не выходи на проезжую часть улицы или дороги.
6. Проходя мимо ворот, будь особенно осторожен: из ворот может выехать автомобиль.
7. Осторожно проходи мимо стоящего автомобиля: пассажиры могут резко открыть дверь и ударить тебя.
8. Переходи улицу только по пешеходным переходам.
9. Прежде чем переходить улицу, посмотри налево. Если проезжая часть свободна - иди. Дойдя до середины дороги, остановись. Если движение транспорта началось, подожди на «остановке безопасности». Теперь посмотри направо. Если проезжая часть свободна, закончи переход.
10. Если на улице большое движение, попроси взрослого или сотрудника милиции помочь ее перейти.
11. Ожидай транспорт на посадочной площадке или тротуаре у указателя остановки.
12. При посадке в автобус, троллейбус, маршрутное такси соблюдай порядок. Не мешай другим пассажирам.
13. В автобус, троллейбус входи через задние двери.
14. Заранее готовься к выходу.
15. Входя и выходя из транспорта, не спеши и не толкайся.
16. Автобус, троллейбус, маршрутное такси обходи сзади. Выйдя из транспорта, по тротуару дойти до пешеходного перехода и только по нему переходи на другую сторону.
17. Когда переходишь улицу, следи за сигналом светофора: Красный - СТОП - все должны остановиться; желтый - ВНИМАНИЕ – жди следующего сигнала; зеленый - ИДИТЕ - можно переходить улицу.
18. Находясь в транспорте, не ходи по салону, держись за поручень, не выглядывай из окон, не высовывай руки, не нажимай без надобности на аварийные кнопки.
19. Не устраивай игр на проезжей части или вблизи дороги.
20. Не перебегай улицу или дорогу перед близко идущим транспортом.
21. Не цепляйся за проходящий мимо транспорт.

II. Требования безопасности во время посадки и поездки на транспорте дальнего следования

1. После полной остановки автобуса, по команде сопровождающего, спокойно, не торопясь и не толкаясь войти в салон, занять место для сидения, первыми входят старшие дети, занимающие места в дальней от водителя части салона.
2. Посадку в вагон и выход из него производить только со стороны перрона или посадочной платформы, быть внимательным.
3. Не открывать окна, форточки и вентиляционные люки без разрешения водителя, тренера
4. Не загромождать проходы в пассажирском салоне, вагоне и купе поезда сумками, портфелями и т.п.
5. Во время движения в автобусе не вскакивать со своего места, не отвлекать водителя разговорами, криком.
6. На ходу поезда не открывать наружные двери тамбуров, не стоять на подножках и переходных площадках, а также не высовываться из окон вагонов. При остановке поезда на перегоне не выходить из вагона.
7. Не создавать ложную панику, соблюдать дисциплину и порядок.

III. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях

1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании сообщите об этом тренеру или сопровождающему.
2. В случае травматизма сообщите педагогу или сопровождаемому для оказания вам первой помощи.
3. При возникновении аварийных ситуаций (технической поломки, пожара и т.д.), по указанию водителя, педагога, сопровождающего быстро, без паники, покиньте автобус.
4. В случае экстренной эвакуации из вагона старайтесь сохранить спокойствие, берите с собой только самое необходимое. Окажите помощь при эвакуации пассажирам с детьми, престарелым и инвалидам. При выходе через боковые двери и аварийные выходы будьте внимательны, чтобы не попасть под встречный поезд.
5. В случае террористического захвата автобуса соблюдайте спокойствие, выполняйте все указания без паники и истерики – этим вы сохраните себе жизнь и здоровье.

IV. Требования безопасности по окончании поездки

1. Выходите из автобуса, вагона спокойно, после полной его остановки и с разрешения сопровождающего.
2. Первыми из автобуса выходят дети, занимающие места у выхода из салона.

ИНСТРУКЦИЯ № 6

Правила безопасного поведения для учащихся в чрезвычайных ситуациях и при угрозе осуществлению террористического акта

1. Заметив оставленный в транспорте, подъезде дома и т. п. пакет (сумку, коробку и т. п.), ни в коем случае не трогайте его: возможно, в нем находится взрывное устройство. Отойдите на безопасное расстояние.
2. Сообщите о своей находке преподавателю, в близлежащее отделение полиции или по телефону (02, 112).
3. Если вы заметили пакет, сумку, коробку в городском транспорте, сообщите об этом водителю.
4. Если вы все-таки оказались невольным свидетелем террористического акта, не теряйте самообладания. Постарайтесь запомнить людей, убегавших с места события, возможно, это и есть преступники.
5. Постарайтесь оказать посильную помощь пострадавшим от взрыва или от выстрелов до прибытия машин скорой помощи. Передайте свои сведения сотрудникам спецслужб, прибывшим на место происшествия.
6. Не играйте со взрывпакетом, можно получить тяжелые ожоги.
7. Опасайтесь взрыва кислородных баллонов, сосудов под давлением, пустых бочек из-под бензина и растворителей, газоздушных смесей.
8. Обнаружив подозрительный предмет, похожий на снаряд, мину, гранату, не приближайтесь к нему и не бросайте камни: снаряд может взорваться. Место расположения подозрительного предмета оградите и сообщите о находке в полицию по телефону (02, 112). Сообщите о находке ближайшим людям и дождитесь прибытия полиции.

Запрещается:

1. Сдвигать с места, бросать, поднимать взрывоопасные предметы.
2. Собирать и хранить боеприпасы; пытаться их разбирать, нагревать и ударять.
3. Изготавливать из снарядов предметы быта.
4. Использовать снаряды для разведения костров, приносить в помещение.
5. Собирать и сдавать в металлолом боеприпасы.

ИНСТРУКЦИЯ № 7

Техника безопасности для учащихся при возникновении пожара

I. Общие требования безопасности

1. При проведении занятий и в свободное время учащиеся должны знать и соблюдать требования пожарной безопасности, установленные «Правилами пожарной безопасности в Российской Федерации» и настоящей инструкцией, разработанной на их основании.
2. Учащиеся обязаны знать план и способы эвакуации (выхода из здания) на случай возникновения пожара, утвержденный руководителем учреждения.
3. При возникновении возгорания или при запахе дыма учащийся должен немедленно сообщить об этом педагогу или работнику учреждения.
4. Учащиеся обязаны сообщить педагогу или работнику учреждения о любых пожароопасных ситуациях.
5. Старшеклассники обязаны знать места расположения первичных средств пожаротушения и правила пользования ими.
6. Учащиеся на занятиях должны быть внимательны, дисциплинированы, аккуратны, точно выполнять указания тренера.
7. Запрещается:
 - приносить и пользоваться в учреждении легковоспламеняющимися, взрывоопасными, горючими материалами;
 - включать источники электропитания без разрешения тренера;
 - разводить костры на территории учреждения, зажигать факелы;
 - применять фейерверки, петарды, другие горючие составы;
 - гасить загоревшиеся электроприборы водой;
 - прикасаться к провисшим или лежащим на земле проводам;
 - курить на территории учреждения.

II. Действия учащихся в случае возникновения пожара

1. При возникновении пожара (вид открытого пламени, запах гари, задымление) немедленно сообщить педагогу или другому работнику учреждения.
2. При возникновении возгорания учащиеся должны находиться возле тренера и строго выполнять его распоряжения.
3. Не поддаваться панике. Внимательно слушать оповещение по учреждению и действовать согласно указаниям работников учреждения.
4. По команде педагога или работника учреждения эвакуироваться из здания в соответствии с определенным порядком. При этом не бежать, не мешать другим учащимся.
5. При выходе из здания находиться в месте, указанном педагогом.
6. Не разрешается учащимся участвовать в пожаротушении здания и эвакуации его имущества.
7. Обо всех причиненных травмах во время пожара (раны, порезы, ушибы, ожоги и т.д.) учащиеся обязаны немедленно сообщить работникам образовательного учреждения.

ИНСТРУКЦИЯ № 8

Техника безопасности для учащихся во время спортивных соревнований

I. Общие требования безопасности

1. К спортивным соревнованиям допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
2. Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения и правила поведения учащихся.
3. Учащиеся должны выполнять требования техники безопасности по виду спорта, по которому проводятся соревнования.
4. Учащиеся должны знать место нахождения аптечки для оказания первой медицинской помощи. О каждом несчастном случае учащиеся (пострадавшие или очевидцы) обязаны немедленно сообщить лицу, ответственному за организацию и проведение соревнования.
5. Учащимся запрещается без разрешения организаторов соревнования или судей начинать соревнования.
6. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции, привлекаются к ответственности в соответствии с правилами поведения учащихся.
7. При проведении или участии в спортивных соревнованиях возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
 - травмы при использовании неисправных спортивных снарядов и оборудования;
 - травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии и др.;
 - травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре;
 - обморожения, полученные во время спортивных соревнований на стадионах при ветре более 1,5-2,0 м/с и при температуре воздуха ниже –20 градусов;
 - проведение соревнований без разминки.

II. Требования безопасности перед началом соревнования

1. Перед началом соревнования учащийся обязан:
 - прослушать и выполнять содержание настоящей инструкции;
 - надеть спортивную одежду и обувь на нескользкой подошве, соответствующие проводимому виду соревнований и погодным условиям;
 - неукоснительно выполнять все указания и команды организаторов и судей соревнования;
 - проверить исправность и надежность спортивного инвентаря и оборудования;
 - провести разминку.
2. Запрещается участвовать в соревновании:
 - непосредственно после приема пищи;
 - после больших физических нагрузок;
 - при незаживших травмах и общем недомогании;
3. Запрещается:
 - использовать спортивное оборудование и инвентарь не по прямому назначению;
 - пользоваться неисправным спортивным оборудованием и инвентарем;
 - выполнять любые действия без разрешения судьи соревнования.

III. Требования безопасности во время соревнований

1. Строго выполнять все команды, подаваемые судьей соревнований.
2. Избегать столкновений с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам.

3. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травм.

4. Не покидать место соревнования без разрешения организаторов или судей соревнования.

IV. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях

1. При возникновении во время соревнования болей различного характера, а также при плохом самочувствии или получении травмы учащийся должен прекратить соревнование, сообщить об этом тренеру, организатору или судье соревнований и действовать в

соответствии с их указаниями.

2. При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования немедленно сообщить об этом организатору или судье соревнования и действовать в соответствии с их указаниями.

3. При получении травмы другими участниками соревнований по возможности оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом судье или медработнику.

4. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить соревнования, четко выполнять распоряжения тренера, судьи соревнований, исключив панику.

V. Требования безопасности по окончании соревнования

После окончания соревнования учащийся обязан:

- сдать полученный инвентарь и (или) приспособления организаторам или судьям соревнования;

- с разрешения организатора или судьи соревнования пройти в раздевалку;

- переодеться, по возможности принять душ.

ИНСТРУКЦИЯ № 9

Меры безопасности при проведении массовых мероприятий

I. Общие требования безопасности

1. Массовыми считаются мероприятия, в которых участвуют дети более чем из одной учебной группы и приглашенные.

2. К участию в массовых мероприятиях допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности.

3. При проведении массовых мероприятий возможно воздействия на участников следующих опасных факторов:

- возникновение пожара при неисправности электропроводки,

- использовании открытого огня (факелы, свечи, фейерверки, бенгальские огни, хлопушки, петарды и т.п.),

- использование световых эффектов с применением химических и других веществ, могущих вызвать загорание;

- чрезвычайные ситуации, возможные в местах массового скопления людей;

- травмы в ходе мероприятия или при возникновении паники в случае пожара и других чрезвычайных ситуаций.

4. Помещения, где проводятся массовые мероприятия, должны быть обеспечены медицинской аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами, для оказания первой помощи при травмах.

5. Участники массового мероприятия обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения, план эвакуации.

6. О каждом несчастном случае с участниками массового мероприятия необходимо сообщить руководителю мероприятия и администрации учреждения, принять меры по оказанию первой помощи пострадавшему.

II. Требования безопасности перед проведением массового мероприятия

1. Перед проведением массового мероприятия участники прослушивают инструктаж по технике безопасности.

2. Участники должны ознакомиться с программой мероприятия, быть одетыми в соответствии с направленностью мероприятия.

3. Участники должны ознакомиться с правилами поведения в том месте, где проводится мероприятие (цирк, театр, центр внешкольной работы, парк, спортивный комплекс и т.д.).

III. Требования безопасности во время проведения массового мероприятия

1. Учащиеся должны знать, что в помещении (месте), где проводится массовое мероприятие, находятся ответственные лица, которые контролируют строгое соблюдение правил техники безопасности при проведении массового мероприятия.

2. На массовое мероприятие участникам запрещается приносить свечи, фейерверки, бенгальские огни, хлопушки, петарды и т.п.

3. Участники должны участвовать в мероприятии согласно его программе, самостоятельно не предпринимать никаких действий.

IV. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях

1. При возникновении возгорания или иных чрезвычайных ситуаций немедленно, без паники под руководством тренеров эвакуироваться, используя все имеющиеся эвакуационные выходы.

2. При получении участником массового мероприятия травмы немедленно сообщить об этом руководителю мероприятия, ответственным педагогам, дежурным.

V. Требования безопасности по окончании массового мероприятия

1. Дождаться полного окончания мероприятия, после разрешения педагога начать движение к выходу с места проведения мероприятия.

2. Покидать место проведения массового мероприятия спокойно и организованно

При подготовке сборника использованы материалы сайтов образовательных учреждений общего и дополнительного образования, а также типовые инструкции по технике безопасности и охране труда в образовательных учреждениях.

В составлении инструкции принимали участие

Силавка Л.Н., старший инструктор-методист МБУДО СДЮСШОР №12 «Лада»

Афанасьева Е.Ю. инструктор-методист МБУДО СДЮСШОР №12 «Лада»

Макаренко Э.П. инструктор- методист МБУДО СДЮСШОР №12 «Лада»