УТВЕРЖДЕНА

Приказом директора МБУ ДО

«ЦФСиТ» Усть-Цилемского района

от 05 апреля 2019 г. № 13/2

(приложение 3)

**ИНСТРУКЦИЯ**

**по охране труда при проведении занятий по игровым видам спорта**

**(футбол, баскетбол, волейбол)**

**в МБУДО «ЦФСиТ» Усть-Цилемского района**

1. **Общие требования безопасности**

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

1.2. При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебно-тренировочных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм воз­можно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях,

- нарушении правил проведения игры.

- при падениях на мокром, скользком полу или площадке.

1.4. Занятия по игровым видам спорта должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.5. При проведении занятий дол­жна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.6. Тренер-преподаватель и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств по­жаротушения.

**2.Требования безопасности перед началом занятий**

2.1. Обучающийся должен иметь коротко остриженные ногти.

2.2. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь (сменную) с нескользкой подошвой.

2.3. Снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, висячие сережки и т.д.).

2.4. Убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы.

2.5. Заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения тренера-преподавателя.

2.6. Бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению.

2.7. Под руководством тренера-преподавателя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий.

2.8. Убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии.

2.9. Проверить надежность установки и крепления стоек, перекладин, футбольных ворот, баскетбольных щитов, волейбольной сетки и другого спортивного оборудования.

2.10. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке.

 За несоблюдение мер безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебном процессе.

**3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) тренера-преподавателя.

3.2. Строго выполнять правила проведения подвижной игры.

3.3. Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам по ногам игроков.

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

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

3.6. Соблюдать установленные режимы учебно-тренировочных занятий.

**4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреж­дения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

4.2. При получении обучающимся травмы немедленно оказать первую помощь, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить в ближайшее лечебное учреждение.

4.3. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать детей из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

**5. Требования безопасности по окончании занятий**

5.1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и провести влажную уборку спортивного зала.

5.2. Снять спортивную одежду, спортивную обувь.

5.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.