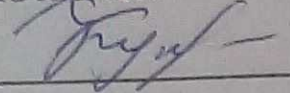


СОГЛАСОВАНО

Председатель первичной профсоюзной организации

 А. В. Кулаков
Протокол №1 от «02» декабря 2014 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ДУ МАОУ ДО «ЦСВППДМ»

Р. В. Костюченко

Приказ №30-ОД «02» декабря 2014 г.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО КОНТАКТНЫМ ВИДАМ ЕДИНОБОРСТВ ИТБ-08-2014

1. Общие требования безопасности

1.1. К учебно-тренировочным занятиям по контактным видам единоборств (далее занятиям) допускаются лица прошедшие медицинское освидетельствование и признанные годными к занятиям спортом и проинструктированными в объеме настоящей инструкции.

1.2. Занятия должны проводиться в спортивных залах имеющих ровный нескользкий пол, прямое естественное или комбинированное освещение не менее 200 лк.

Пол спортзала должен быть вымыт и просушен, помещение зала проветрено. Оптимальная температура в спортзале +18°C, во время занятий спортзал должен проветриваться или должны быть включены исправно работающие кондиционеры.

1.3. К тренировочным боям допускаются участники, хорошо знающие правила ведения боя и освоившие основные приемы защиты и правильного нанесения ударов.

1.4. Новички отрабатывают правильные приемы на снарядах и спортивном инвентаре, под руководством тренера.

1.5. Необходимо применение защитных шлемов при учебно-тренировочных боях.

1.6. Тренеры и участники занятий должны знать и уметь практически оказывать первую доврачебную помощь пострадавшему при несчастном случае при проведении занятий. В спортзале должна находиться аптечка с набором необходимых медикаментов.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

2.1. Перед началом занятий тренер обязан проверить состояние спортзала, спортивного инвентаря, температурного режима, освещенности и т.д., убедиться в их соответствии предъявляемым требованиям или принять меры к устранению причин, не обеспечивающих безопасное проведение занятий.

2.2. Тренер в начале учебных занятий обязан осмотреть каждого участника, убедиться визуально в его нормальном самочувствии, наличии и соответствии его спортивной формы виду проведения занятий. При подозрении на заболевание у спортсмена или травмы, преподаватель обязан больного направить в лечебное учреждение за разрешением на право его допущения к занятиям.

2.3. Без спортивной формы спортсмен также к занятиям не допускается.

3. Требования безопасности во время проведения занятий

3.1. Тренер во время проведения занятий обязан постоянно находиться в спортивном зале и контролировать каждого участника занятий, обеспечивать дисциплину, порядок и безопасность проведения занятий в соответствии с расписанием и учебной программой.

3.2. Нахождение посторонних лиц в спортзале во время занятий не допускается.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При обнаружении неисправности или выходе из строя спортивного инвентаря, он должен быть изъят и заменен на исправный.

4.2. При возникновении аварий, несчастных случаев или ситуаций могущих привести к повреждению здоровья участников занятий тренер обязан остановить занятия, при необходимости оказать доврачебную помощь пострадавшему, вызвать врача или отправить в лечебное учреждение или вывести всю группу из спортзала.

4.3. Механические травмы, ссадины и царапины надо смазывать йодом.

5. Требования безопасности по окончании занятий.

5.1. По окончании занятий в спортивном зале тренер собирают весь используемый на занятиях спортивный инвентарь, осматривают его целостность и убирают в специальную комнату, где они должны очищаться и дезинфицироваться.

5.2. Занимающиеся должны расставить спортивное оборудование по местам, переодеться и по команде тренера покинуть спортзал.

5.3. Отключить все электроприборы, освещение, вентиляцию, закрыть зал на ключ.

Разработала ответственная по охране труда Соловьева Л. Н.