

-
Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
города Набережные Челны «Детский физкультурно-оздоровительный центр
«Дельфин №8»

-
Согласовано
Председатель первичной профсоюзной
организации
А.В. Арзамасцева Р.В. Арзамасцева



-
Введено в действие приказом
от 04.05. 022 г. № 35

ИНСТРУКЦИЯ
по технике безопасности для обучающихся
при проведении занятий
по спортивному туризму
ИТБ – 27 - 2022

1. Общие требования безопасности.

1.1. К занятиям по спортивному туризму допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. При проведении занятий по спортивному туризму должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по спортивному туризму возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов: нарушение правил по ТБ, травмы, связанные с падением (вывих стопы), царапины и ссадины лица.

1.4. Обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.5. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.6. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий

Проветрить спортивный зал.

2.2. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.3 Подготовить спортивный зал к безопасной работе, убрать посторонние предметы, все острые и выступающие предметы должны быть заставлены матами или ограждены.

2.4 Запрещается заниматься с кольцами, браслетами на руках, серьгами в ушах и с другими украшениями.

2.5. Ногти должны быть хорошо острижены.

2.6. Очки должны быть закреплены резинкой и иметь роговую оправу.

2.4. Провести разминку.

2.5. Проверить качество судейского и страховочного снаряжения.

2.6. Проверить надежность установки и крепления спортивного туристского инвентаря и оборудования.

3. Требования охраны труда во время занятий.

3.1. Все упражнения при разминке должны выполняться только по команде педагога дополнительного образования.

3.1. Во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановку. Избегать столкновения с другими участниками соревнований.

3.2 Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, на мокром полу, не приземляться при прыжках на руки.

- 3.3 Перед выполнением упражнений посмотреть, достаточно ли места для его выполнения.
- 3.4 Не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.
- 3.5 Не подавать спортивное снаряжение друг другу броском.
- 3.6 Педагог должен хорошо видеть действия обучающихся от начала этапа до его завершения, иметь возможность слышать его.
- 3.7 При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом педагогу. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.
- 3.8 Обеспечивать выполнение всех упражнений с соблюдением мер безопасности, с правильной страховкой и самостраховкой.
- 3.9 Не допускать работу обучающихся одновременно более одного человека на веревке.
- 3.10 При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

- 4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом педагогу дополнительного образования.
- 4.2. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации ДФОЦ «Дельфин №8», при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение

5. Требования охраны труда 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.