

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОБУ ДОД
« ДЮСШ с. Веленка »
Г.А.В.Шевченко
« 05 » 09 / 2013 г

ИНСТРУКЦИЯ

по безопасности организации учебно-тренировочных занятий

1. Общие требования

1.1. Настоящая инструкция разработана в соответствии с Федеральным законом «Об основах охраны труда в РФ» от 17 июля 1999г. № 181-ФЗ КЗОТ (официальный текст по состоянию на 15 ноября 1999г.), «Методических указаний по разработке правил и инструкций по охране труда» утвержденных Постановлением Мин труда РФ от 1 июля 1993г. № 129 в редакции Постановления Мин труда от 28 марта 1994г. № 27, «Правил безопасности занятий по физической культуре и спорту в общеобразовательных школах системы Министерства просвещения СССР» 1979г. на основании изменения условий проведения образовательного процесса, определения опасных и вредных производственных факторов, анализа наиболее вероятных случаев травматизма и заболеваний, их причин, определения наиболее безопасных методов и приемов ведения образовательного процесса.

1.2. К занятиям допускаются учащиеся в спортивной форме, прошедшие медицинский осмотр. Спортивная одежда и обувь должны быть теплыми, легкими, не стесняющими движения и соответствовать условиям занятий и виду спорта.

1.3. В спортивном зале должна быть медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.4. Выполнение требований инструкций является обязательным при проведении учебно-тренировочных занятий.

1.5. Контроль за выполнением требований настоящей инструкции осуществляется администрацией ДЮСШ.

1.6. За нарушение требований инструкции участники учебно-тренировочного процесса несут личную ответственность в соответствии с законодательством РФ.

2. Требования безопасности перед началом учебно-тренировочных занятий.

Тренер-преподаватель должен:

- быть в соответствующей спортивной одежде
- быть на рабочем месте за 20 минут до начала занятий, убедиться в исправности инвентаря и оборудования; безопасности лыжной трассы, беговой дорожки, спортивного зала, футбольного поля.
- за 15 минут до начала учебно-тренировочных занятий встретить учащихся.
- знать и уметь оказывать первую доврачебную помощь.
- убедиться в отсутствии медицинских противопоказаний к занятию спортом.
- освободить от занятия тех, кто жалуется на здоровье, плохо себя чувствует.

3. Требования безопасности во время учебно-тренировочных занятий.

Тренер-преподаватель обязан:

- во время учебно-тренировочных занятий находиться с учащимися.
- обучать учащихся безопасным приемам выполнения физических упражнений и следить за соблюдением мер безопасности, при этом придерживаться принципов доступности и последовательности в обучении.
- обеспечивать необходимую страховку учащимся.

- организовывать проведение занятий таким образом, чтобы учащиеся не создавали помех друг другу.
- обеспечивать необходимую дисциплину.
- для выполнения упражнений использовать только исправный инвентарь и оборудование.

4. Требования безопасности по окончании учебно-тренировочных занятий.

Тренер-преподаватель должен:

- проверить по списку наличие всех обучающихся.
- обеспечить порядок и сохранность инвентаря, оборудования.
- обеспечить уход учащихся с места занятий согласно расписанию.
- при выявлении каких-либо недостатков во время работы своевременно информировать об этом администрацию ДЮСШ в письменной форме.

5. Оказание первой доврачебной помощи.

5.1. Оказание первой доврачебной помощи при ушибах и растяжениях (происходит повреждение мягких тканей, появляется припухлость на месте ушиба, посинение):

- создать покой поврежденному участку, наложить холодный компресс (3-4 раза на час с перерывом по 15 минут)
- при ушибе носа, сопровождающимся кровотечением, голову наклонить вперед, зажав крылья носа пальцами на 10-15 минут.
- при ушибе головы обеспечить покой, при транспортировке уложить на спину, подложив под голову подушку, организовать сопровождение к врачу.

5.2. Оказание первой доврачебной помощи при переломах и вывихах (основные признаки перелома: резкая боль, усиливающаяся при попытке движения, постепенно нарастающая припухлость в месте повреждения; при вывих происходит смещение сочленяющихся костей):

- не делать попыток к вправлению, тянуть за поврежденное место.
- создать максимальный покой поврежденной части тела с помощью транспортной шины – твердого материала, обернутого в мягкую ткань.
- шину прибинтовать так, чтобы она захватывала суставы ниже и выше места повреждения.
- при переломе костей голени две шины укладывают по наружной или внутренней поверхностям ноги от стопы до верхней трети бедра.
- при переломе бедра одну шину располагают по наружной стороне от подмышечной впадины поврежденной стороны до стопы, а вторую – по внутренней стороне от паха до стопы; шины туго прибинтовать к ноге бинтом или полотенцем; стопу фиксируют тугой повязкой.
- при переломе руки, ключицы или вывихе костей в плечевом или локтевом суставе руку прижимают к туловищу, закрепляют повязкой.

5.3. Оказание первой доврачебной помощи при ранениях (при ранении происходит повреждение кожи, слизистых оболочек, иногда глуболежащих тканей):

- остановить кровотечение, наложить стерильную повязку и доставить пострадавшего к врачу.
- при кровотечении в виде капель или ровной непрерывной струи прикрыть рану стерильной салфеткой, положив сверху тампон ваты, туго забинтовать, а затем приподнять конечность.
- при кровотечении толчками или под давлением, кровоточащий сосуд прижать к кости выше места ранения, после этого максимально согнуть конечность в суставе и забинтовать в таком положении, затем наложить жгут 5-7 см выше раны, по жгут положить ткань, жгут нельзя оставлять более чем на 1 час 30 минут.
- рану нельзя промывать водой и трогать руками.

- рану по краям смазать йодом и накрыть стерильным материалом.

5.4. Вызвать врача

5.5. Немедленно известить администрацию ДЮСШ о несчастном случае и о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью учащихся.

С инструкцией ознакомлен(а):

Шевченко О.С. Шевченко
Корчака Л.О. Корчака
Акимов А.С. Акимов
Дуда И.В. Дуда
Дуда В.Л. Дуда
Семенченко С.Н. Семенченко
Лопатина Т.М. Лопатина
Алексеева Г.Н. Алексеева
Ивашутин О.Р. Ивашутин
Реут А.А. Реут
Доманюк В.Я. Доманюк
Гутник С.А. Гутник
Давыденко В.Н. Давыденко