



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Спортивная Школа «Водник»
Находкинского городского округа**

692916, Россия, Приморский край, г. Находка
ул. Владивостокская, 45А тел./факс (4236) 655991, 656909
E-mail < vodnik.68@mail.ru >
Сайт учреждения: <http://vodnik.nakhodka-edu.ru>
ИНН/КПП 2508026115/250801001

ОГРН 1022500721561
ОКАТО 05414000000 л/с 30086875102
р/с 03234643057140002000
Дальневосточное ГУ Банка
России//УФК по Приморскому краю г.
Владивосток// БИК 040510000

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАУ СШ
«Водник» НГО

М.В. Биш

17 мая 2021 г.

ИНСТРУКЦИЯ № ИТБ-04-2021

по технике безопасности при проведении занятий по художественной гимнастике для тренеров и обучающихся МАУ СШ «Водник» НГО

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

- 1.1. К занятиям художественной гимнастикой допускаются дети дошкольного возраста и учащиеся с 1-го класса, зачисленные в СШ «Водник» НГО, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.2. При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы тренировки и отдыха, правила личной гигиены.
- 1.3. При проведении занятий по художественной гимнастике возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
 - Травмы при столкновениях;
 - Травмы при нарушении очередности исполнения;
 - Травмы при падении на мокром, скользком полу;
 - При работе с предметами.
- 1.4. В спортивном зале в распоряжении тренера должна быть в наличии медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств, для оказания первой помощи при травмах или недомогании.
- 1.5. При проведении занятий в спортивном зале необходимо соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.
- 1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру, который сообщает об этом администрации учреждения.

2. Требования безопасности перед началом занятий

- 2.1. Включить полностью освещение и убедиться в исправной работе светильников. Уровень освещения зала должен соответствовать значению не менее 200 лк.

- 2.2. Надеть спортивную форму и обувь для занятий художественной гимнастикой.
- 2.3. При использовании на занятиях электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов убедиться в их исправности и целостности подводящих кабелей и электрических вилок. В случае неисправности, сообщить об этом администрации школы.
- 2.4. Проверить санитарное состояние зала для гимнастических занятий, проветрить его, открыв окна или двери. Окна в открытом положении фиксировать крючками, а двери должны иметь ограничители, проветривание закончить за 30 минут до прихода детей.
- 2.5. Убедиться в том, что температура воздуха в зале для гимнастических занятий не ниже 17-18 градусов С.
- 2.6. Во избежание падения и травм детей убедиться о том, что ковры и дорожки надежно прикреплены к полу, а спортивный инвентарь исправен.
- 2.7. Убедиться в отсутствии посторонних предметов на покрытии (ковре).
- 2.8. Вход в гимнастический зал разрешается только в присутствии тренера. Перед началом занятий тренер должен выявить любые, даже незначительные отклонения в состоянии здоровья обучающихся, с последующим их освобождением от занятий для предупреждения случаев травматизма и заболеваний.

3. Требования безопасности во время занятий

- 3.1. Поддерживать дисциплину и порядок во время занятий, следить за тем, чтобы дети выполняли все указания тренера.
- 3.2. Не разрешать детям самовольно покидать место занятий.
- 3.3. Перед выполнением гимнастических упражнений обязательно провести с детьми разминку.
- 3.4. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы между детьми, чтобы не было столкновений.
- 3.5. При работе с гимнастическими предметами (мяч, булавы, лента, обруч, скакалка) соблюдать интервалы между занимающимися, работать в строго в определенном направлении, быть предельно внимательными при выполнении дальних бросков. Четко следовать рекомендациям тренера по выполнению упражнений.
- 3.6. На занятиях запрещается иметь в одежде и принадлежностях колющие и режущие предметы (булавки, заколки и т.п.)

4. Требования безопасности в аварийных и форс-мажорных ситуациях

- 4.1. При плохом самочувствии или получении травмы немедленно отстранить обучающегося от занятий, оказать первую помощь, сообщить об этом администрации школы.
- 4.2. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать обучающихся из спортивного зала, сообщить о пожаре администрации учреждения, а также в пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

5. Требования безопасности по окончании занятий

- 5.1. Снять спортивную обувь и спортивный костюм.
- 5.2. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки мылом.
- 5.3. Убрать спортивный инвентарь в отведенное для хранения место.
- 5.4. Выключить электрические и звуковоспроизводящие аппараты.
- 5.5. Проветрить зал, закрыть окна, выключить свет.

Инструкция разработана
Зам.директора по АХЧ



(Ю.В. Нечипоренко)