«Согласовано»
Председатель профкома
_____ Широбоков Д.А.
Пр. № 11 от 28.06.2017
«28» 06 2017г.

«Согласовано»
Уполномоченный по ОТ
_____ Тур И.М.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ №149
_____ Степанова Е.В.
Пр. №116 от 27.06.2017г.
«29» 06 2017г.

# ИНСТРУКЦИЯ № 1

## по охране труда при проведении занятий по флорболу

### 1.Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по флорболу допускаются дети школьного возраста, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий по флорболу соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по флорболу возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игр, при падениях на мокром, скользком полу или площадке, поле.

1.4. Занятия по флорболудолжны проводиться в установленной спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.5. При проведении занятий по флорболу должна быть медицинская аптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

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

1.7. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить преподавателю, который сообщает об этом администрации. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом педагогу.

1.8. В процессе занятий педагог и обучающиеся должны соблюдать правила проведения игры в флорбол, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.9. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка, и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

### 2. Требования безопасности перед началом занятий

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

2.2. Проверить надежность установки и крепления стоек и сетки, щитов, футбольных ворот и другого спортивного оборудования.

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

футбольном поле

2.4. Провести разминку, тщательно проветрить спортивный зал.

### 3. Требования безопасности во время занятий

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

3.2. Строго выполнять правила проведения игры в флорбол.

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

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) педагога.

### 4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом педагогу.

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

4.3.При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.4. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации школы и в пожарную часть (тел.112), приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

### 5. Требования безопасности по окончании занятий

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

5.2. Тщательно проветрить спортивный зал.

5.3. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

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

Инструкцию составил:

Зам. директора по ВР Громова М.А.

**Лист ознакомления**

**с инструкцией №1 по охране труда при проведении занятий по флорболу**

| № п/п | Дата | ФИО педагога ОДОД | Подпись инструктирующего сотрудника | Подпись педагога ОДОД, подтверждающая факт ознакомления с инструкцией |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 01.09.2017 года | Юдин Ю.Н. | | |
| 2 | с 01.09.2020г. | Верёха В.В | | |
| | | | | |

«Согласовано»
Председатель профкома
_____ Широбоков Д.А.
Пр. № 7.1 от 28.06.2017
«28» 06 2017г.

«Согласовано»
Уполномоченный по ОТ
_____ Тур И.М.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ №149
_____ Степанова Е.В.
Пр. № 116 от 27.06.2017г.
«29» 06 2017г.

# ИНСТРУКЦИЯ № 2

## по охране труда при проведении занятий и соревнований по спортивным танцам

### 1. Общие требования охраны труда

1.1. К занятиям по спортивным танцам допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж.

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

1.3. При проведении занятий по спортивным танцам возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях и при падениях на мокром или скользком полу;
- растяжения и переломы.

1.4. Занятия по спортивным танцам должны проводиться в одежде, не сковывающей движения партнеров, и в обуви с нескользкой подошвой.

1.5. При проведении занятий по танцам в зале должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.6. Руководитель занятий и учащиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.7. О каждом несчастном случае, произошедшем с обучающимся, руководитель занятий обязан немедленно сообщить администрации, оказать первую помощь пострадавшему.

1.8. В процессе занятий руководитель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения на площадке и правила личной гигиены.

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

### 2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Надеть костюм для танца и обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Убедиться в том, что костюм для танца не сковывает движение.

2.3. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу.

2.4. Тщательно проветрить зал и провести разминку.

## 3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Начинать танцы и делать остановки и заканчивать танец только по команде (сигналу) руководителя занятий.

3.2. Внимательно слушать и выполнять команды преподавателя.

3.3. Избегать столкновений и толчков.

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

## 4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении неисправности инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом администрации.

4.2. При получении обучающимися травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации школы, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение или вызвать бригаду скорой помощи по телефону 103.

4.3. При возникновении пожара в зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения и в пожарную часть по телефону 101, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

## 5. Требования охраны труда по окончании работы

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

5.2. Тщательно проветрить спортивный зал.

5.3. Снять костюм для танца и обувь, принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

Инструкцию составил:

Зам. директора по ВР _____ Громова М.А.

**Лист ознакомления**

**с инструкцией №2 по охране труда при проведении занятий и соревнований по спортивным танцам**

| № п/п | Дата | ФИО педагога ОДОД | Подпись инструктирующего сотрудника | Подпись педагога ОДОД, подтверждающая факт ознакомления с инструкцией |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 01.09.2017 года | Угаров В.А. | | |
| | | | | |
| | | | | |

«Согласовано»
Председатель профкома
_____ Широбоков Д.А.
Пр. № 71 от 28.06.2017
«28» 06 2017г.

«Согласовано»
Уполномоченный по ОТ
_____ Тур И.М.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ №149
_____ Степанова Е.В.
Пр. № 116 от 27.06.2017г.
«29» 06 2017г.

# ИНСТРУКЦИЯ № 3

## по охране труда при проведении занятий по шашкам, шахматам

### 1. Общие требования охраны труда

1.К работе допускаются лица, достигшие 18 лет, обоего пола, прошедшие медосмотр, имеющие соответствующее педагогическое образование.

2. Педагог должен:

-знать должностные обязанности и инструкции по ОТ

-пройти вводный инструктаж и инструктаж на рабочем месте

-в работе руководствоваться правилами внутреннего распорядка

-режим труда и отдыха определяется графиком работы педагога

-относиться к не электротехническому персоналу и иметь 2-ю квалификационную группу допуска по электробезопасности

1.3. При проведении занятий по шашкам, шахматам возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

• травмы при падении со сломанного стула;

•искривление позвоночника при неправильном подборе стула;

• выполнение упражнений после длительного пребывания за столом.

1.4. При проведении занятий по шашкам, шахматам должна быть медаптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.5. При несчастном случае педагог обязан немедленно сообщить администрации учреждения. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия.

1.6. В помещении должны быть огнетушители и укомплектованная аптечка для оказания первой помощи пострадавшим.

- -о случаях травматизма сообщать администрации школы, принимать участие в расследовании несчастных случаев

1.7. Педагог несет административную ответственность за нарушение требований инструкций по ОТ.

### 2. Требования охраны труда перед началом занятий

2.1.Проверить инвентарь (стол, стулья), освещение.

2.2. Проветрить помещение.

### 3. Требования охраны труда во время занятий

3.1.Провести инструктаж по ТБ с учащимися (вводный, поурочный, тематический)

3.2. Во избежание искривления позвоночника следить за осанкой учащихся.

3.3. Вести постоянный контроль хода занятия.

3.4. Соблюдать личную гигиену.

3.5. Следить за соблюдением порядка и дисциплины

3.6.Не оставлять учащихся без присмотра во время занятий.

**4. Требования охраны трудав аварийных ситуациях**

4.1. В случае возникновение аварийных ситуаций, угрожающих жизни и здоровью детей, принять меры к их срочной эвакуации, согласно плана

4.2. Сообщить о происшедшем администрации и приступить к их ликвидации.

4.3. В случае травматизма оказать первую помощь пострадавшим.

**5. Требования охраны труда по окончании занятий**

5.1. Убрать в отведенное место для хранения инвентарь.

5.2. Привести в порядок своё рабочее место.

5.3. Выключить электроосвещение и закрыть помещение на ключ.

Инструкцию составил:

Зам. директора по ВР _____ Громова М.А.

**Лист ознакомления**

**с инструкцией №3 по охране труда при проведении занятий по шашкам, шахматам**

| № п/п | Дата | ФИО педагога ОДОД | Подпись инструктирующего сотрудника | Подпись педагога ОДОД, подтверждающая факт ознакомления с инструкцией |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 01.09.2017 года | Саршаева Ж.С. | | |
| 2. | 23.04.2018 | Саршаев Н.С. | | |
| 3. | с 01.09.2019 | Фуфлыгина Т.В. | | |
| 4. | с 01.09.2020 | Андреев В.С. | | |

«Согласовано»
Председатель профкома
Широбоков Д.А.
Пр. №74 от 28.06.2017
«28» 06 2017г.

«Согласовано»
Уполномоченный по ОТ
Тур И.М.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ №149
Степанова Е.В.
Пр. № 116 от 27.06.2017г.
«29» 06 2017г.

# ИНСТРУКЦИЯ № 4

## по охране труда при проведении занятий и соревнований по зимним видам ездового спорта

### 1. Общие требования безопасности

1.1.К работе допускаются лица, достигшие 18 лет, обоего пола, прошедшие медосмотр, имеющие соответствующее педагогическое образование.

1.2. Педагог должен:

-знать должностные обязанности и инструкции по ОТ

-пройти вводный инструктаж и инструктаж на рабочем месте

-в работе руководствоваться правилами внутреннего распорядка

-режим труда и отдыха определяется графиком работы педагога

-относиться к не электротехническому персоналу и иметь 2-ю квалификационную группу допуска по электробезопасности

1.3 Опасность возникновения травм

- при ненадежных креплениях лыж и пр. неисправном оборудовании;
- при падении во время спуска с горы;
- обморожения при поведении занятий при ветре более 1,5-2,0 м/с и при температуре воздуха ниже -20 °С;
- при драках собак;
- при рывках собак во время движения;
- при обрывах шлеек, потягов и поводков;
- при пересечении автодорог и дорог общего пользования;полыньи, участки голого льда участки со смешанным покрытием – при движении по льду рек и озёр;
- при обгонах или встречном движении упряжек;
- при отсутствии навыков ориентирования на местности.

Аптечка

На занятиях зимними видами ЕС должна быть аптечка, укомплектованная необходимы медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помо пострадавшим.

### 2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1.Надеть легкую, теплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки, перчатки или варежки (последние предпочтительнее). Для защиты от ветра желательно сверху надеть легкую куртку из плащевой ткани. Для защиты ног во время падений, желательно надеть плотные штаны.

2.2. Проверить исправность спортивного инвентаря и подогнать крепления лыж к обуви. Во избежание потертостей не надевать тесную или слишком свободную обувь.

2.3. Снаряжение для собак должно быть целым, без потёртостей и надрывов, не гнилое, не ветхое. Нарты должны быть укомплектованы исправным тормозом, тормозным ковриком и якорем. Спортсменам на нартах рекомендуется использовать шлемы и индивидуальные средства защиты.

2.4. Перед занятиями ознакомиться с основной целью тренировки и в связи с этим принять меры безопасности.

2.5. Перед началом соревнований ознакомиться с "Правилами проведения соревнований" и "Регламентом соревнований", опубликованным организаторами.

2.6. Иметь ветпаспортна каждую собаку с отметками о прививках, чипах и пр.

3.7. К занятиям и соревнованиям не допускаются лица (в т.ч. родители спортсменов) в нетрезвом состоянии.

## 3. Требования безопасности во время занятий и соревнований

3.1. Соблюдать интервал при движении лыжника на дистанции – 3-4 м, упряжек – не менее 6 метров, при спуске с горы – не менее 30 м.

3.2. Не выставлять вперед лыжные палки.

3.3. После спуска с горы не останавливаться у подножия.

3.4. Наблюдать друг за другом и немедленно сообщать о первых признаках обморожения.

3.5. Не допускать возможности возникновения драки собак.

3.6. До старта и после финиша держать собак на стейк-ауте на расстоянии недосягаемости друг для друга, на привязи. Не подходить к незнакомым собакам ближе, чем на 3 метра.

3.7. Двигаться в присутствии собак спокойно, без крика. Нельзя убегать от собак, кричать, отдёргивать руки к лицу.

3.8. Убрать мусор и экскременты за своими собаками.

3.9. Спрашивать разрешения владельца о возможности контакта с собакой.

3.10.Подчиняться всем указаниям организаторов мероприятия.

3.11. Во все время тренировки или соревнований, в т.ч. в стартовом городке, контролировать всех своих собак.

Все собаки должны обязательно находиться на привязи и под контролем гонщика или помощника во все время соревнований или тренировки, в т.ч. во времявет. осмотра, регистрации, награждения. Свободный выгул собак категорически запрещен во все время гонки или тренировки, в т.ч. во времявет. осмотра, регистрации, награждения.

## 4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

Спортсмен должен:

4.1. При поломке или порче снаряжения, которую невозможно устранить в пути, сообщить об этом организатору и двигаться к месту старта.

4.2. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом организатору.

4.3. При получении травмы прекратить занятия и поставить в известность организаторов;

4.4. С помощью организаторов оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;

4.5. В случае ухода свободной собаки воспользоваться помощью любых лиц.

4.6. В случае если собака укусила человека, ветпаспорт должен быть предъявлен в травмпункт при обращении туда человека.

## 5. Требования безопасности по окончании занятий

Спортсмен должен:

5.1. Прибрать за собой и собакой мусор и тп;

5.2. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения или транспортировки;

5.3. Поместить собаку в клетку для транспортировки или на её место;

5.4. Внимательно осмотреть открытые участки тела на предмет отсутствия очагов обморожения.

Инструкцию составил:

Зам. директора по ВР _____ Громова М.А.

**Лист ознакомления**

**с инструкцией №4 по охране труда при проведении занятий и соревнований по зимним видам ездового спорта**

| № п/п | Дата | ФИО педагога ОДОД | Подпись инструктирующего сотрудника | Подпись педагога ОДОД, подтверждающая факт ознакомления с инструкцией |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 01.09.2017 года | Чернатов Д.С. | | |
| | | | | |
| | | | | |

«Согласовано»
Председатель профкома
Широбоков Д.А.
Пр. № 7.1 от 28.06.2017
«28» 06 2017г.

«Согласовано»
Уполномоченный по ОТ
Тур И.М.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ №149
Степанова Е.В.
Пр. № 116 от 27.06.2017г.
«29» 06 2017г.

**ИНСТРУКЦИЯ № 5**

**по охране труда при проведении учебно-тренировочных занятий по туризму и спортивному ориентированию**

## 1. Общие положения

1.1. Настоящая инструкция является обязательной для исполнения педагогами дополнительного образования при организации учебно-тренировочных занятий вобъединениях обучающихся.

1.2. Педагог дополнительного образования обеспечивает при проведении занятий правил и норм охраны труда, техники безопасности и противопожарной защиты.

1.3. Педагог дополнительного образования отвечает за жизнь и здоровье детей в период образовательного процесса от начала и до конца занятия, обеспечивает полную безопасность при проведении физических и спортивных занятий, оказывает первую доврачебную помощь, следит за соблюдением санитарно-гигиенических норм и состоянием помещения.

1.4. При зачислении детей в объединение по туризму и спортивному ориентированию необходимо заключение врача о допуске к занятиям и письменное заявление родителей о приеме в кружок (секцию).

1.5. Продолжительность занятий должна соответствовать возрасту обучающихся от 1 до 3 часов с обязательными перерывами, если занятия проводятся в помещении, 4 часов для практического занятия на местности.

## 2. Общие требования охраны труда на учебных занятиях

2.1. В начале учебного года педагог должен провести вводный инструктаж по технике безопасности с соответствующим оформлением инструктажа в журнале, перед проведением походов, экскурсий, экспедиций, соревнований провести целевой инструктаж с обучающимися.

2.2. Темы о личной гигиене обучающихся во время тренировок, медицинском контроле и самоконтроле должны стоять в начале годового плана учебных занятий;

2.3. Физическая нагрузка во время тренировок должна соответствовать возрастным особенностям с учетом пола детей, а также их подготовленности;

2.4. В случае жалоб со стороны обучающихся на здоровье направлять их на обследование во врачебно-физкультурный диспансер или к врачу;

2.5. Не допускать к тренировочным нагрузкам детей без разминки или без соответствующей подготовки (инвентаря, специального снаряжения);

2.6. Допускать детей к занятиям только в той одежде, обуви и спортивной форме, которая соответствует месту занятий, погодным условиям походов, экскурсий, соревнований.

и ревакцинацию обучающихся против клещевого энцефалита.

**3. Требования охраны труда в местах проведенияучебно-тренировочных занятий**

Учебный класс, кабинет

1. Место проведения учебно-тренировочных занятий должно соответствовать санитарно-гигиеническим нормам: быть хорошо освещенным, чистым, проветриваемым и т.д.
2. Во время проведения занятий пользоваться только исправными техническими средствами, в том числе бытовыми электроприборами и действовать согласно данным к ним инструкциям.
3. Строго соблюдать правила пожарной безопасности (запретить использование открытого огня и др.)
4. Не допускать подвижных игр во избежание травм.
5. Поддерживать дисциплину в группе во время занятий.

Спортзал

1. Спортзал должен соответствовать санитарно-гигиеническим нормам.
2. Перед тем, как приступить к тренировке, необходимо убедиться в безопасности ее проведения (высушить пол после проведенной влажной уборки, убрать спортивные снаряды, мячи, гири и др.)
3. Во время проведения тренировки пользоваться только исправным спортинвентарем, отвечающим требованиям техники безопасности и исправным.
4. Во избежание несчастного случая не разрешать детям входить в спортзал до начала тренировки.
5. Не оставлять детей одних в спортзале.
6. Обеспечить страховку детей при выполнении сложных спортивных упражнений.
7. Поддерживать дисциплину и организованность обучающихся во время занятий, не допускать шалостей на групповых занятиях с верёвками, на спортивных снарядах, в играх с мячом.

Стадион, спортплощадка

1. Перед началом тренировки убедиться в безопасности ее проведения. Убрать спортивные снаряды с беговой дорожки и с площадки, а также стекло, банки и другие предметы.
2. Перед началом тренировки убедиться в исправности спортсооружений и снарядов, используемых для занятий (турники, брусья, полоса препятствий, прыжковая яма и т.д.)
3. Во время дождя (обильной росы, сильного тумана) исключить из тренировки использование турников, брусьев и др. снарядов, а также исключить метание снарядов.
4. Тренировочные занятия проводить в температурном и световом диапазоне, утвержденным Роспотребнадзором.

Тренировочная дистанция

1. Местность и дистанция должны соответствовать возрастным особенностям детей.
2. Техническая сложность дистанции должна соответствовать уровню подготовленности детей.
3. Карты для тренировочных дистанций должны быть специальными - для спортивного ориентирования (подготовленные в утвержденных знаках).

4. Перед прохождением обучающимися дистанции необходимо довести до их сведенияинформацию о границах полигона и действиях в случае потери ориентировки.

5. По возможности спланировать дистанцию таким образом, чтобы каждого обучающегося можно было видеть (контролировать) несколько раз.

6. Начинающие ориентировщики на дистанцию в незнакомой местности могут выходить только при наличии исправного компаса.

7. Не выпускать на дистанцию детей в спортивных трусах (шортах) и в майках с коротким рукавом.

8. Во время преодоления трассы путь движения не должен проходить по опасным местам (ж/д пути, дороги с интенсивным движением транспорта, плохо замерзшие реки и озера, непроходимые болота, обрывы и очень крутые склоны); по запретным для бега территориям (посевы, дачи, огороды и т.п.); через неблагоприятные в экологическом отношении участки (свалки, отстойники очистные сооружения и т.п.); через сплошные заросли крапивы, аралии и других растений, оказывающих раздражающее действие на организм спортсменов.

9. Для предотвращения укуса клеща проводить осмотр одежды детей через 3060 минут. Одежда в период активности клеща должна быть, желательно, из нейлона, брюки заправлены в носки или гетры-щитки, рубашка - в брюки.

## 4. Требования охраны труда при перевозке транспортом

1. При перевозке детей рейсовыми автобусами, поездами, электричками, речными судами необходимо соблюдать правила пользования этими видами транспорта.

2. Во время перевозки детей необходимо предупреждать водителей транспорта, проводников вагонов, капитанов судов о посадке и высадке детей.

3. При перевозке детей младшего возраста в общественном транспорте группу более 10 человек должны сопровождать два руководителя.

Инструкцию составил:

Зам. директора по ВР _____ Громова М.А.

**Лист ознакомления**

**с инструкцией №5 по охране труда при проведении учебно-тренировочных занятий по спортивному туризму и ориентированию**

| № п/п | Дата | ФИО педагога ОДОД | Подпись инструктирующего сотрудника | Подпись педагога ОДОД, подтверждающая факт ознакомления с инструкцией |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 01.09.2017 года | Фершалова В.С. | | |
| 2 | 01.09.2017 года | Чернатов Д.С. | | |
| | | | | |

«Согласовано»
Председатель профкома
Широбоков Д.А.
Пр. № 7 от 28.06.2017
«28» 06 2017 г.

«Согласовано»
Уполномоченный по ОТ
Тур И.М.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ №149
Степанова Е.В.
Пр. № 116 от 27.06.2017г.
«29» 06 2017г.

# ИНСТРУКЦИЯ № 6

## по охране труда для педагога при проведении занятий по волейболу

### 1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по волейболу допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по охране труда, и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий учащиеся обязаны соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по волейболу, баскетбол возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях,
- травмы при нарушении правил проведения игры,
- травмы при падении на мокром, скользком полу или площадке.

1.4. Учащиеся должны: избегать травм при столкновениях, падений на мокром, скользком полу или площадке, не нарушать правила поведения игры.

1.5. О каждой полученной травме необходимо немедленно поставить в известность педагог, который обязан обеспечить оказание медицинской помощи.

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

1.7. Учащимся запрещается:

- приносить на занятия колющие, режущие, легковоспламеняющиеся предметы;
- бегать без разрешения педагог, открывать окна, фрамуги; толкать друг друга; кидать различные предметы друг в друга;
- трогать без разрешения педагога спортивное оборудование. .

1.8. Педагог обязан:

- пройти инструктаж по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм;
- подготовить спортивный инвентарь для занятий;
- провести инструктаж по охране труда и технике безопасности по волейболу для всех учащихся обязательной отметкой в «Журнале инструктажа по технике безопасности»;
- проверить перед началом занятий одежду учащихся, ознакомиться с медицинскими показаниями
- проверять исправность спортивного оборудования перед каждым занятием;

- о возникших неполадках сообщить администрации школы;
- исключить из пользования непригодное оборудование;
- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину учащихся во время занятий и на переменах;
- использовать различные формы проведения разминки перед проведением занятия.

1.9. Педагогу запрещается:
- оставлять без присмотра учащихся на занятия;
- допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности на занятиях по спортивным и подвижным играм;
- использовать неисправное спортивное оборудование и инвентарь;
- ремонтировать неисправное электрооборудование самостоятельно.

1.10. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

1.11. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего распорядка.

## 2. Требования безопасности перед началом занятий.

2.1. Педагог обязан:
- подготовить спортивный зал или спортивную площадку для обеспечения безопасности и эффективности занятия;
- провести инструктаж по охране труда и технике безопасности при занятиях волейболом для всех учащихся с обязательной отметкой в «Журнале инструктажа по технике безопасности» и классном журнале;
- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря, имеющегося в спортивном зале и на спортплощадке;
- проверять исправность спортивного оборудования перед каждым занятием;
- о возникших неполадках сообщить администрации школы;
- исключить из пользования непригодное оборудование;
- проверить надежность крепления баскетбольных щитов, волейбольной сетки, стоек. других снарядов;
- проверить перед началом занятий одежду и обувь учащихся, ознакомиться с медицинскими показаниями,
- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину учащихся во время занятий и в процессе подготовки к ним;
- провести разминку;
- показать правильность выполнения приемов;
- придерживаться принципа посильности при выборе нагрузки для каждого ученика.

2.2. Педагогу запрещается:

- оставлять без присмотра учащихся на занятиях;
- допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности на занятиях по спортивным и подвижным играм;
- использовать неисправное спортивное оборудование.

## 3. Требования безопасности во время занятий.

3.1. Педагог обязан:

- обеспечить безопасное участие всех учащихся в учебном процессе;
- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря;
- обеспечить устойчивую дисциплину на занятии;
- обеспечить показ выполнения необходимых приемов спортивных и подвижных игр;
- придерживаться принципа доступности выполнения требований педагога учащимися, использовать личностно-ориентированный подход к учащимся.

3.2. Педагогу запрещается:

- допускать до занятий учащихся, имеющих медицинские противопоказания;
- оставлять без присмотра учащихся;
- использовать неисправное спортивное оборудование.

## 4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

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

4.2. При получении учеником травмы немедленно сообщить об этом педагогу, который должен сообщить об этом администрации и врачу.

## 5. Требования безопасности по окончании занятий.

5.1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь.

5.2. Снять спортивную одежду и спортивную обувь.

5.3. Вымыть лицо и руки с мылом.

Инструкцию составил:

Зам. директора по ВР _____ Громова М.А.

**Лист ознакомления**

**с инструкцией №5 по охране труда при проведении занятий по волейболу**

| № п/п | Дата | ФИО педагога ОДОД | Подпись инструктирующего сотрудника | Подпись педагога ОДОД, подтверждающая факт ознакомления с инструкцией |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 01.09.2017 года | Тестова В.Е. | | |
| 2 | с 01.09.2020г. | Вереха В.В. | | |
| | | | | |

«Согласовано»
Председатель профкома
Карабанов А.А.
«31» 08 2018 г.

«Согласовано»
Уполномоченный по ОТ
Вершинина М.А.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ №149
Степанова Е.В.
«31» 08 2018 г.

**ИНСТРУКЦИЯ № 7**

**по охране труда при проведении занятий и соревнований по общей физической подготовке**

**1. Общие требования охраны труда**

1. К работе допускаются лица, достигшие 18 лет, прошедшие медосмотр, имеющие соответствующее педагогическое образование.
2. Педагог дополнительного образования при проведении занятий по ОФП должен :
- знать должностные обязанности и инструкции по ОТ
- пройти вводный инструктаж и инструктаж на рабочем месте
- в работе руководствоваться правилами внутреннего распорядка
- режим труда и отдыха определяется графиком работы учителя
- относиться к не электротехническому персоналу и иметь 1 квалификационную группу допуска по электробезопасности
3. Травмоопасность в спортивном зале:
- занятия на неисправных спортивных снарядах
- при выполнении упражнений на загрязнённых или влажных снарядах
- при выполнении упражнений без страховки
- при выполнении упражнений без использования г имнастических матов
- при нарушении инструкций по проведению игровых занятий и по лыжной подготовке
4. Не допускать проведения в спортивном зале внеклассных непрофильных мероприятий
5. В спортивном зале должны быть огнетушители и укомплектованная аптечка для оказания первой помощи пострадавшим.
6. О случаях травматизма сообщать администрации, принимать участие в расследовании несчастных случаев
7. Нести административную ответственность за нарушение требований инструкций по ОТ.

**2.Требования охраны труда перед началом работы**

- проверить исправность электроосвещения, спортивных снарядов и оборудования ;
- прочно закрепить используемые спортивные снаряды и оборудование ;
- не допускать нахождения в спортзале воспитанников, а также посторонних лиц, без сопровождающего лица;
- проветрить помещение спортзала

- следить за своевременной влажной уборкой (через каждые 2 часа занятий) и порядком.

**3.Требования охраны труда во время работы**

- разработать инструкции по технике безопасности для воспитанников во время занятий различными видами спорта: волейбол, футбол, баскетбол, стрельба, лёгкая атлетика, гимнастика, лыжи.
- не допускать к занятиям детей с явно выраженными признаками заболевания
- допускать на занятия учащихся только в спортивной форме
- провести инструктаж по ТБ с воспитанниками (вводный, поурочный, тематический)
- вести постоянный контроль за индивидуальной дозировкой физических нагрузок
- соблюдать личную гигиену
- организовать страховку при выполнении учебных упражнений
- следить за соблюдением порядка и дисциплины
- не оставлять воспитанников без присмотра во время занятий

**5. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

- в случае возникновение аварийных ситуаций, угрожающих жизни и здоровью детей, принять меры к их срочной эвакуации, согласно плана
- сообщить о происшедшем администрации ДФОЦ «Дельфин №8» и приступить к их ликвидации
- в случае травматизма оказать первую помощь пострадавшим
- при внезапном заболевании воспитанника вызвать медработника

**5. Требования охраны труда по окончании работы**

- после окончания занятий проверить списочный состав воспитанников
- убрать спортинвентарь в отдельное помещение
- привести в порядок своё рабочее место
- выключить электроосвещение и закрыть спортзал на ключ.

Инструкцию составил:

Зам. директора по ВР _____ Громова М.А.

Заведующий ОДОД _____ Карабанов А.А.

**Лист ознакомления**

**с инструкцией №7 по охране труда при проведении занятий и соревнований по общей физической подготовке**

| № п/п | Дата | ФИО педагога ОДОД | Подпись инструктирующего сотрудника | Подпись педагога ОДОД, подтверждающая факт ознакомления с инструкцией |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 01.09.2018 года | Карабанов А.А. | | |
| 2 | 01.09.2018 года | Юдин Ю.Н. | | |
| 3 | 01.09.2018 года | Фершалова В.С. | | |
| 4 | 01.09.2018 года | Чернатов Д.С. | | |
| 5 | 01.09.2018 года | Тестова В.Е. | | |
| 6 | 01.09.2018 года | Угаров В.А. | | |
| 7 | 09.01.2019 | Петренко В.С. | | |
| 8. | 09.01.2019 | Лех Д.С. | | |
| 9 | 01.09.2019 | Сафронов Т.В. | | |
| 10. | 01.09.2020 | Верёха В.В. | | |
| 11. | 01.09.2020 | Андреев В.С. | | |
| 12. | 01.09.2020 | Клешнин Т.Т. | | |
| 13. | 01.09.2020 | Марченко В.В. | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

Председатель профкома
Карабанов А.А.
Пр. №6.1.09 09.01.2019
«09» 01 2019г.

Уполномоченный по ОТ
Вершинина М.А.

Директор ГБОУ СОШ №149
Степанова Е.В.
«09» 01 2019г.

# ИНСТРУКЦИЯ № 8

**по охране труда при проведении занятий и соревнований в объединении "Юный футболист"**

## 1.Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по футболу допускаются дети школьного возраста, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий по футболу соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по футболу возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игр, при падениях на мокром, скользком полу или площадке, поле.

1.4. Занятия по футболудолжны проводиться в установленной спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.5. При проведении занятий по футболу должна быть медицинская аптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

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

1.7. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить преподавателю, который сообщает об этом администрации. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом педагогу.

1.8. В процессе занятий педагог и обучающиеся должны соблюдать правила проведения игры в футбол, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.9. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка, и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

## 2. Требования безопасности перед началом занятий

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

2.2. Проверить надежность установки и крепления стоек и сетки, щитов, футбольных ворот и другого спортивного оборудования.

2.3. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке, футбольном поле

2.4. Провести разминку, тщательно проветрить спортивный зал.

## 3. Требования безопасности во время занятий

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

3.2. Строго выполнять правила проведения игры в футбол.

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

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) педагога.

## 4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом педагогу.

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

4.3.При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.4. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации школы и в пожарную часть (тел.112), приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

## 5. Требования безопасности по окончании занятий

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

5.2. Тщательно проветрить спортивный зал.

5.3. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

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

Инструкцию составил:

Зам. директора по ВР _____ Громова М.А.

Заведующий ОДОД _____ Карабанов А.А.

**Лист ознакомления**

**с инструкцией №8 по охране труда при проведении занятий и соревнований в объединении «Юный футболист»**

| № п/п | Дата | ФИО педагога ОДОД | Подпись инструктирующего сотрудника | Подпись педагога ОДОД, подтверждающая факт ознакомления с инструкцией |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 09.01.2019 года | Лях Д.С. | | |
| 2 | с 01.09.2019г. | Марченко В.В. | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |

«Согласовано»
Председатель профкома
Карабанов А.А.
Пр №6.1 от 09.01.2019
«09» 01 2019 г.

«Согласовано»
Уполномоченный по ОТ
Вершинина М.А.

«Утверждаю»
Директор ГБОУ СОШ №149
Степанова Е.В.
«09» 01 2019 г.

# ИНСТРУКЦИЯ № 9

## по охране труда при проведении занятий и соревнований по фитнесу

### 1. Общие требования безопасности

1. К работе допускаются лица, достигшие 18 лет, обоего пола, прошедшие медосмотр,имеющие соответствующее педагогическое образование.

2. Педагогдолжен :

-знать должностные обязанности и инструкции по ОТ

-пройти вводный инструктаж и инструктаж на рабочем месте

-в работе руководствоваться правилами внутреннего распорядка

-режим труда и отдыха определяется графиком работы учителя

-относиться к не электротехническому персоналу и иметь 1-ю квалификационную группу допуска по электробезопасности

3. Травмоопасность в спортивном зале :

-занятия на неисправных спортивных снарядах

-при выполнении упражнений на загрязнённых или влажных снарядах

-при выполнении упражнений без страховки

-при выполнении упражнений без использования гимнастических матов

-при нарушении инструкций по проведению игровых занятий и по лыжной подготовке

4. В спортивном зале должны быть огнетушители и укомплектованная аптечка для оказания первой помощи пострадавшим.

-о случаях травматизма сообщать администрации школы, принимать участие в расследованиинесчастных случаев

-нести административную ответственность за нарушение требований инструкций по ОТ.

### 2. Требования безопасности перед началом работы

-проверить исправность электроосвещения, спортивных снарядов и оборудования

-прочно закрепить используемые спортивные снаряды и оборудование

-не допускать нахождения в спортзале учащихся, а также посторонних лиц, без учителя

-проветрить помещение спортзала

-следить за своевременной влажной уборкой (через каждые 2 часа занятий) и порядком.

## 3. Требования безопасности во время работы

-не допускать к занятиям детей с явно выраженными признаками заболевания

-допускать на занятия учащихся только в спортивной форме

-провести инструктаж по ТБ с учащимися (вводный, поурочный, тематический)

-вести постоянный контроль за индивидуальной дозировкой физических нагрузок

-соблюдать личную гигиену

-организовать страховку при выполнении учебных упражнений

-следить за соблюдением порядка и дисциплины

-не оставлять учащихся без присмотра во время занятий

## 4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

-в случае возникновение аварийных ситуаций, угрожающих жизни и здоровью детей, принять меры к их срочной эвакуации, согласно плана

-сообщить о происшедшем администрации и приступить к их ликвидации

-в случае травматизма оказать первую помощь пострадавшим

-при внезапном заболевании учащегося вызвать медработника

## 5. Требования безопасности по окончании работы

-после окончания занятий проверить списочный состав учащихся

-убрать спортинвентарь в отдельное помещение

-привести в порядок своё рабочее место

-выключить электроосвещение и закрыть спортзал на ключ

-о всех недостатках, обнаруженных во время проведения учебных занятий, сообщить администрации.

Инструкцию составил:

Зам. директора по ВР _____ Громова М.А.

Заведующий ОДОД _____ Карабанов А.А.

**Лист ознакомления**

**с инструкцией №9 по охране труда при проведении занятий по фитнесу**

| № п/п | Дата | ФИО педагога ОДОД | Подпись инструктирующего сотрудника | Подпись педагога ОДОД, подтверждающая факт ознакомления с инструкцией |
|---|---|---|---|---|
| 1 | 09.01.2019 года | Петренко В.С. | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |
| | | | | |