

УТВЕРЖДАЮ:
Директор МБОУ СОШ № 2
им.К.К.Рокоссовского
В.В.Носков
30 августа 2024 г.

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда и технике безопасности при проведении занятий
по самбо

1. **Общие требования**
безопасности

1.1. К проведению занятий по самбо допускается педагог дополнительного образования, имеющий специальное педагогическое образование, соответствующую квалификацию, прошедший курсы повышения квалификации, а также после прохождения вводного инструктажа и инструктажа на рабочем месте.

1.2. Педагог дополнительного образования обязан ознакомиться и соблюдать правила внутреннего распорядка, режим труда и отдыха, установленный образовательным учреждением.

1.3. Педагог дополнительного образования должен быть ознакомлен с инструкцией и требованиям пожарной безопасности, и неукоснительно выполнять их. Знать план эвакуации и место нахождения ключей от запасного выхода на случай чрезвычайных ситуаций.

1.4. Педагог дополнительного образования обязан проходить периодические медицинские обследования и ежегодно профессиональный медицинский осмотр, иметь правильно оформленную личную медицинскую книжку.

1.5. Педагог дополнительного образования обязан знать местоположение медицинской аптечки с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.6. При проведении занятий по самбо педагог дополнительного образования должен учитывать возможность воздействия на обучающихся следующих опасных факторов:

- резкое изменение температуры воздуха в спортивном зале и прилегающ
- опасность при отработке бросков в парах и с манекенами;
- опасность при отработке ударов на снарядах;
- опасность во время проведения учебно-тренировочных схваток;
- проведение занятий сразу после приёма пищи;
- внезапное отключение электричества и освещения в помещении зала, душевых, раздевалках и коридорах;
- внезапное задымление спортивного зала, душевых, раздевалок и др. помещений.

1.7. Педагог дополнительного образования обязан соблюдать правила личной и общественной гигиены.

1.8. О любых непредвиденных ситуациях и форс-мажорных обстоятельствах педагог дополнительного образования обязан незамедлительно сообщить представителю администрации.

1.9. Педагог дополнительного образования обязан знать и выполнять все пункты настоящей инструкции.

1.10. Педагог дополнительного образования несёт ответственность в случае нарушения или несоблюдения инструкции.

2. Требования безопасности перед началом занятий

Перед началом занятия педагог дополнительного образования обязан:

2.1. Надеть спортивный костюм и соответствующую обувь, предусмотренные правилами вида.

2.2. Снять все украшения способные привести к травме. Длинные волосы должны быть убраны в пучок, хвост или заплетены в косу.

2.3. При получении травмы или внезапном ухудшении самочувствия до начала занятий не проводить его, предупредить администрацию и немедленно обратиться к медицинскому работнику.

2.4. При получении информации или в случае обнаружения фактов любой неисправности в зале, душевых, раздевалках, угрожающих здоровью и безопасности обучающихся, поставить в известность администрацию и до момента устранения недостатков занятия не проводить.

2.5. Проверить состояние спортивного зала и прилегающих помещений на их соответствие требованиям безопасности, соблюдения санитарно-гигиенических требований, исправность электропроводки, работу освещения и вентиляции, комплектность аптечки.

2.6. Если температурный режим спортивного зала, раздевалок и душевых не соответствует требованиям СанПиН 2.4.4.3172-14 (очень высокая или низкая температура воздуха) поставить администрацию в известность и не проводить занятие.

2.7. Проверить состояние спортивного инвентаря и оборудования, используемого на занятии.

2.8. При обнаружении неисправности манекена не использовать такой манекен.

2.9. Не допускать к занятиям обучающихся, не прошедших медицинское освидетельствование.

2.10. Не допускать к занятиям занимающихся в спортивной форме не соответствующей виду деятельности.

2.11. Не допускать к занятиям обучающихся с явными признаками плохого самочувствия, заболевания, утомления.

2.12. Не допускать к занятиям по спортивным единоборствам обучающихся с признаками алкогольного, наркотического или иного опьянения.

2.13. Не допускать к занятиям обучающихся с явными признаками возбуждения или депрессии, а также обучающихся с неадекватным и девиантным поведением.

2.14. Напомнить занимающимся, что почувствовав недомогание, незамедлительно прекратить выполнение упражнения и сообщить об этом педагогу.

3. **Требования безопасности во время занятий**

Во время занятия педагог дополнительного образования обязан:

3.1. Постоянно держать в поле зрения рабочие зоны зала, где находятся обучающиеся и оперативно реагировать на нарушение с их стороны «Правил поведения в спортивном зале и техники безопасности на занятиях», предупреждая травмоопасные ситуации.

3.2. Оперативно реагировать на нештатные ситуации, возникающие при проведении занятия по самбо (поломка манекенов или разрыв набивных груш во время выполнения упражнений, срыв набивных груш), в соответствии со своими должностными обязанностями и пунктами 4.1–

4. б настоящей инструкции.

3.3. Контролировать технику выполнения упражнений и заданий, осуществлять визуальный контроль состояния обучающихся (состояние и цвет кожного покрова, частоту и ритм дыхания, по возможности – частоту сердечных сокращений).

3.4. Периодически напоминать занимающимся о том, что при любых изменениях своего состояния здоровья они должны немедленно прекратить выполнение упражнения и сообщить об этом.

3.5. Прекращать выполнение упражнения или отстранять от занятия занимающихся с явными видимыми признаками сильного физического утомления, признаками недомогания, в состоянии сильного возбуждения или подавленном психическом состоянии, занимающихся с проявлениями неадекватного поведения.

3.6. В случае возникновения или получения информации о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью, – прекратить начавшееся занятие и перевести воспитанников в безопасное место.

3.7. В случае получения травмы или внезапном ухудшении самочувствия во время проведения занятия по самбо педагог дополнительного образования обязан прекратить занятие, организованно вывести обучающихся из зала в раздевалку, проинформировать представителя администрации о сложившейся ситуации и обратиться к медицинскому работнику за помощью.

4. **Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При получении обучающимся травмы в зале педагог дополнительного образования обязан остановить занятие, оказать первую доврачебную помощь в соответствии с «Инструкцией по оказанию первой

доврачебной помощи при травмах», сообщить представителю администрации, доставить пострадавшего в медицинский кабинет и сообщить родителям. В случае отсутствия медицинского работника, вызвать скорую помощь, родителей и оказать содействие в отправлении пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.2. В случае проявления в процессе занятия по самбо неадекватного или девиантного поведения обучающегося, угрожающего его здоровью и здоровью окружающих, педагог дополнительного образования обязан немедленно отстранить такого обучающегося от занятия, доставить в медицинский кабинет и передать медицинскому персоналу, а также поставить в известность представителя администрации. В случае отсутствия медицинского работника, вызвать скорую помощь, родителей и оказать содействие в отправлении пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.3. При поломке манекенов, срыве или разрыве набивной груши в процессе выполнения упражнений, педагог дополнительного образования обязан прекратить занятие на таком манекене (груше).

4.4. При внезапном отключении электричества педагог дополнительного образования немедленно прекращает занятие, проверяет количество обучающихся, помогает обучающимся сориентироваться в раздевалках и коридорах, сообщает о случившемся администрации и ответственному по технике безопасности.

4.5. При внезапном задымлении педагог дополнительного образования выводит обучающихся из зала в безопасное место согласно плану эвакуации при пожаре, сообщает в «службу 01» и администрации, проверяет всех обучающихся.

4.6. При обнаружении подозрительных предметов, оставленных без присмотра, не трогая их, педагог дополнительного образования обязан:

- сообщить о происшествии администрации;
- не подходить к обнаруженному предмету, не трогать его руками и не подпускать к нему обучающихся и сопровождающих их лиц;
- ограничить доступ к предмету (установив ограждение из имеющихся подручных предметов);
- по возможности исключить использование средств радиосвязи, мобильных телефонов, других радиосредств, способных вызвать срабатывание радио взрывателя;
- организованно вывести занимающихся из здания в безопасное место согласно плану эвакуации;
- сообщить о происшествии в дежурные службы МВД, ФСБ, МЧС.

5. Требования безопасности по окончании занятий

По окончании занятия педагог дополнительного образования обязан:

5.1. Проверить по списку наличие всех обучающихся.

5.2. Организованно вывести всех обучающихся из зала в раздевалки.

- 5.3. По возможности следить за соблюдением в душе, раздевалках и коридорах «Правил».
- 5.4. Убирать на место используемый спортивный инвентарь и оборудование.
- 5.5. Проверяет состояние спортивного зала и прилегающих помещений.
- 5.6. Проветрить помещения.