

Муниципальное образовательное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа»

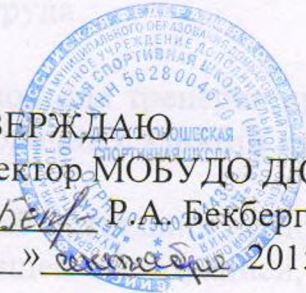
ТРЕЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

Общие требования охраны труда

СОГЛАСОВАНО  
Председатель ПК:

[подпись]  
« 01 » сентября 2015 г. О.В. Говина

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МОБУДО ДЮСШ  
[подпись] Р.А. Бекбергенов  
« 01 » сентября 2015 г.



# ИНСТРУКЦИЯ по охране труда для тренера-преподавателя

## ИОТ-5 2015 год

Продлено до  
01.09.2025  
Личное №57  
от 07.09.2010

# ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ДЛЯ ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

## 1. Общие требования охраны труда

1.1. Настоящая инструкция является обязательной для тренеров-преподавателей ДЮСШ при организации и проведении тренировочных занятий по физической культуре и спорту.

1.2. Тренер-преподаватель в своей практической деятельности по физическому воспитанию должны руководствоваться настоящей инструкцией, государственными актами и документами по охране труда, разработанными Министерством образования РФ, и осуществлять контроль над соблюдением учащимися правил и инструкций по охране труда.

1.3. Тренер-преподаватель, проводящий занятие по физической культуре и спорту, несут ответственность за сохранность жизни и здоровья обучающихся воспитанников.

1.4. Тренер-преподаватель должен:

- принимать участие в испытании гимнастических снарядов и оборудования;
- вносить предложения по улучшению условий проведения образовательного процесса;
- организовывать изучение обучающимися правил по охране труда в быту и т.д.;
- проходить диспансерный медицинский осмотр 1 раз в год.

1.5. Тренер-преподаватель должен знать:

- подготовленность и функциональные возможности каждого учащегося;
- медицинскую группу, к которой учащиеся отнесены по результатам медосмотра;
- учащихся, освобождённых врачом от физических упражнений после болезни;
- отмечать учащихся, отсутствующих на занятиях.

## 2. Требования охраны труда перед началом проведения занятий

2.1. Тренер-преподаватель должен:

- проводить инструктаж обучающихся воспитанников по безопасности труда на учебных занятиях с обязательной регистрацией в журнале или регистрацией инструктажа;
- проверить одежду и обувь учащихся, ознакомиться с медицинскими показаниями;
- предоставить учащимся помещение для переодевания (отдельно мальчикам и девочкам);
- убедиться в том, что все учащиеся переоделись, закрыть раздевалки на ключ;
- следить за соблюдением правил поведения учащихся в раздевалках;
- обеспечивать безопасное проведение образовательного процесса;

- проводить тщательный осмотр места проведения занятия;
- предусмотреть меры безопасности при выполнении физических упражнений;
- проверить исправность спортивного инвентаря, надёжность установки и крепления оборудования;
- проветрить помещение при помощи естественной или принудительной вентиляции;
- при недостаточном естественном освещении включить осветительные приборы;
- проверить состояние запасного выхода при проведении занятий в спортзале.

### 3. Требования охраны труда во время проведения занятий

#### 3.1. Тренер-преподаватель должен:

- соблюдать принципы доступности, последовательности при обучении учащихся и соответствия даваемых упражнений и нагрузок учебной программе;
- проводить разминку и увеличивать время при пониженной температуре и повышенной влажности;
- снизить нагрузку или увеличить время отдыха при появлении у учащихся признаков утомления;
- обеспечивать страховку при выполнении учащимися сложных технических элементов;
- следить за выполнением учащимися инструкций, правил поведения на тренировочных занятиях и принимать решение об отстранении учащихся от участия в учебном процессе за грубое или систематическое их нарушение.

#### 3.2. Тренер-преподаватель должен:

- а) при жалобе на недомогание или плохое самочувствие немедленно направить учащегося к врачу;
- б) при порезах, ушибах, вывихах, растяжениях, переломах принять меры по оказанию первой доврачебной помощи и вызвать «скорую помощь»:
  - порез – промыть рану дезинфицирующим раствором, обработать её по краям йодом, наложить повязку. При сильном кровотечении наложить жгут выше места кровотечения, ранения. Место наложения жгута покрыть слоем марли. Сразу же после наложения его следует замаркировать (число, месяц, часы, минуты). На рану наложить давящую повязку;
  - ушиб – наложить холодный компресс, забинтовать место ушиба;
  - вывих – создать полную неподвижность и немедленно госпитализировать (вправлять вывих неспециалисту запрещено);
  - растяжение – наложить на болезненную область холодный компресс на 10-15 мин. Если отёк не уменьшился, то менять холодные компрессы каждые 15 минут, пока отёк не уменьшится. На конечность наложить плотную повязку;
  - перелом – остановить кровотечение, наложить шину, захватывая не менее двух суставов выше и ниже места перелома. Под шину положить что-либо мягкое, после чего её необходимо прибинтовать (плотно). Зафиксировать конечность в том положении, в котором она находится;
- в) оперативно извещать руководство о каждом несчастном случае;

г) при пожаре в спортивном зале открыть запасные выходы и организованно вывести учащихся согласно плану эвакуации в безопасное место, сообщить о пожаре администрации учреждения в пожарную часть и приступить к ликвидации очага возгорания.

#### 4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

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

4.2. При появлении во время тренировки боли у учащихся, а также при их плохом самочувствии прекратить выполнение заданий.

4.3. При возникновении пожара в помещении немедленно прекратить занятие, эвакуировать учащихся, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть и приступить к ликвидации очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

4.4. При получении травм немедленно оказать пострадавшему первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить о случившемся администрации учреждения.

4.5. При поражении электрическим током немедленно отключить напряжение и в случае отсутствия у пострадавшего дыхания и пульса сделать ему искусственное дыхание или непрямой массаж сердца до восстановления дыхания и пульса и отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

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

##### 5.1. Тренер-преподаватель:

- организует учащихся для уборки спортивного инвентаря и оборудования в места его хранения;

- организованно выводит учащихся с места проведения занятия.

##### 5.2. Тренер-преподаватель обязан:

- обеспечить устойчивую дисциплину во время переодевания учащихся;
- следить за правильным использованием душем, туалетными кабинками и шкафчиками;

- обеспечить аккуратную расстановку скамеек в раздевалке;

- сопровождать учащихся до выхода из школы.

5.3. Тренеру-преподавателю запрещается оставлять учащихся без присмотра.

5.4. Тренер-преподаватель производит тщательный осмотр места проведения занятия, выключает освещение, закрывает на ключ все подсобные помещения и спортзал. Доводит до сведения ответственного за спортзал и спортплощадку обо всех недостатках в обеспечении образовательного процесса.