

СОГЛАСОВАНО

Председатель МКУ



ПРИНЯТО

На общем собрании трудового коллектива МКУ ДО СШ «Олимп»

Протокол № 9

«29» октября 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор
муниципального казенного
учреждения дополнительного
образования спортивной школы
«Олимп» Анжеро-Судженского района
М.Н. Симонова
2023.



Инструкция № 25

по мерам безопасности для обучающихся МКУ ДО СШ «Олимп» при учебно-тренировочных занятиях настольным теннисом

1. Общие требования

1.1. Настоящая инструкция по правилам поведения при проведении учебно-тренировочных занятий для обучающихся МКУ ДО СШ «Олимп» по настольному теннису, разработана в соответствии с Приказом Минтруда России от 29 октября 2021 года N 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда», вступившим в силу 1 марта 2022 года; Постановлениями Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020г №28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и от 28.01.2021г №2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; разделом X ТК РФ и иными нормативными правовыми актами по охране труда.

1.2. Данная инструкция устанавливает требования правил безопасности перед началом, во время и по окончании учебно-тренировочных занятий настольным теннисом в помещении учреждения, обозначает безопасные методы и приемы работ, а также требования правил безопасности в возможных аварийных ситуациях.

1.3. Ответственным за соблюдение норм и требований правил безопасности при занятии теннисом являются тренеры-преподаватели, непосредственно проводящие занятия.

1.4. График работы при занятии настольным теннисом определяется утвержденным в соответствующем порядке расписанием занятий.

1.5. Для занятий в настольный теннис допускают детей, прошедших медосмотр и инструктаж по правилам безопасности на занятиях по настольному теннису.

1.6. Во время занятий по настольному теннису необходимо соблюдать расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.7. Во время занятий в настольный теннис может наблюдаться действие на обучающихся опасных и вредных факторов:

- травмирование в случае столкновений со столом;

- растяжение или разрыв сухожилий в области голеностопа;
- вывихи суставов рук и ног из-за ненадлежащей разминки;
- нарушение правил ведения игры, во время падений на мокром, скользком полу или площадке;
- пребывание в зоне удара;
- расположение посторонних предметов рядом со столом;
- поврежденные ракетки;
- ведение игры на плохо закреплённом столе.

1.8. Перечень профессиональных рисков и опасностей при занятии настольным теннисом:

- нарушение остроты зрения при недостаточной освещённости помещения;
- травмирование на оборудовании, имеющем дефекты или недостаточно закреплённом;
- травмирование при неаккуратном обращении со спортивным инвентарем;
- поражение электрическим током при отсутствии заземления;
- опасность падения из-за потери равновесия при поскользывании, при передвижении по скользким поверхностям или мокрым полам;
- опасность падения из-за потери равновесия при спотыкании; - опасность удара из-за падения случайных предметов;
- высокая плотность эпидемиологических контактов.
- опасность заражения вследствие инфекции;
- опасность от вдыхания дыма, паров вредных газов и пыли при пожаре;
- высокая плотность эпидемиологических контактов.

1.9. Во время занятий тренер-преподаватель и обучающиеся обязаны строго соблюдать правила ведения спортивной игры и личной гигиены.

1.10. В целях соблюдения правил личной гигиены и эпидемиологических норм при занятии настольным теннисом необходимо:

- находиться в спортивной одежде и удобной обуви с нескользящей подошвой;
- мыть руки с мылом после соприкосновения с загрязненными предметами, перед началом занятий, после занятия и посещения туалета;
- не допускать приема пищи в тренерской (инструкторской);
- осуществлять проветривание помещения и раздевалок;
- соблюдать требования СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21.

1.11. Тренеру-преподавателю и обучающимся следует соблюдать правила противопожарной безопасности, знать, где расположены первичные средства пожаротушения.

1.12. Занятия необходимо проводить на сухом полу.

1.13. Весь используемый спортивный инвентарь должен храниться в соответствующих шкафах. При этом запрещается размещать на полке груз, общая масса которого превышает установленную для данной полки грузоподъемность.

1.14. При занятиях разрешается использовать только прошедшие освидетельствование (испытание) и принятые в эксплуатацию с оформлением соответствующих актов оборудование.

1.15. После перенесённых травмы или заболевания обучающиеся допускаются к занятиям при наличии соответствующей справки.

1.16. О каждом несчастном случае с обучающимися тренеру-преподавателю следует незамедлительно докладывать непосредственному руководителю или администрации учреждения.

1.17. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение настоящих требований, привлекаются к ответственности в соответствии с Правилами внутреннего распорядка для учащихся.

1.18. Лица, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции, рассматриваются, как нарушители производственной дисциплины и могут быть привлечены к дисциплинарной ответственности и прохождению внеочередной проверки знаний требований охраны труда, а в зависимости от последствий - и к уголовной; если нарушение повлекло материальный ущерб - к материальной ответственности в установленном порядке.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Перед тем, как начать занятия по теннису помещение следует хорошо проветрить.

2.2. Надеть спортивную одежду и обувь с нескользящей подошвой.

2.3. Обучающиеся обязаны:

- разговаривать спокойным голосом;
- аккуратно сложить вещи в шкафчик, обувь поставить на нижнюю полку шкафчика;
- соблюдать дисциплину, строго выполнять правила поведения в раздевалке;
- выполнять все требования тренера-преподавателя, самовольно не предпринимать никаких действий.

2.4. Обучающимся запрещается:

- нарушать правила поведения в раздевалке;
- бегать, хлопать дверью, толкать друг друга;
- бросать различные предметы друг в друга, ломать дверцы шкафов и другую мебель, двигать без разрешения тренера-преподавателя скамейки, сидеть на нижней полке шкафчика.

2.5. Провести тщательную проверку на отсутствие посторонних предметов рядом со столом на полу.

2.6. Провести осмотр надежной установки теннисного стола, исправности ракеток и шарика, натяжения сетки.

2.7. Внимательно прослушать инструктаж по технике безопасности и безопасным приемам игры в настольный теннис.

2.8. Выполнить физкультурную разминку.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Во время занятий рядом с игровыми столами не должны находиться посторонние лица.

3.2. Начинать игру, делать перерывы и завершать игру только по команде (сигналу) тренера.

3.3. Очень строго соблюдать игровую дисциплину, выполнять все правила ведения игры в теннис.

3.4. При прыжках, столкновениях и падениях использовать приёмы самостоятельной страховки.

3.5. Не играть мокрыми или влажными руками.

3.6. Следует избегать столкновений со столом и игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.

3.7. Четко и понятно подавать необходимые команды (сигналы).

3.8. Соблюдать рабочую тишину в зале, не отвлекаться на посторонние разговоры с партнёром.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. В случае плохого самочувствия следует остановить занятия и доложить об этом тренеру-преподавателю.

4.2. При травмировании незамедлительно доложить о происшедшем тренеру-преподавателю.

4.3. Все участники занятия обязаны знать о методах профилактики спортивных травм и уметь оказывать первую помощь.

4.4. В случае неисправностей спортивного оборудования и инвентаря, следует прервать занятия и доложить об этом тренеру-преподавателю. Занятия по настольному теннису продолжать только после устранения всех неисправностей или замены спортивного оборудования и инвентаря.

4.5. При травмировании обучающихся тренеру-преподавателю следует незамедлительно оказать первую помощь пострадавшему, доложить об этом администрации учреждения, при необходимости доставить пострадавшего в медучреждение.

4.6. В случае возгорания в учреждении незамедлительно эвакуировать обучающихся согласно плану эвакуации, доложить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную охрану по телефону 01 (101), если возможно приступить к ликвидации пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

4.7. В случае угрозы или возникновения очага опасного воздействия техногенного характера, угрозы или приведения в исполнение террористического акта следует руководствоваться соответствующими инструкциями и Планом эвакуации.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Убрать спортивный инвентарь в места, предназначенные для его хранения.

5.2. Снять спортивную одежду и обувь.

5.3. При возможности принять душ или хорошо помыть лицо и руки с мылом.

5.4. Тренеру-преподавателю следует хорошо проветрить помещение для проведения занятия.

5.5. В помещении для проведения занятий должна ежедневно производиться влажная уборка.

5.5. Обучающиеся о любых недостатках, замеченных во время занятия по игре, доложить тренеру-преподавателю.