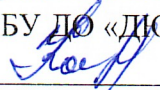


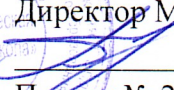
Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа»
ИНН 662200290/КПП 662301001/ОГРН 10266007897070
624742 г. Нижняя Салда, ул. Карла Маркса, 6; 8 (34345) 3-08-00;
dolbilov.a@mail.ru; dusshns.ru

СОГЛАСОВАНО

Представитель работников
МБУ ДО «ДЮСШ»
 Комельских И.В.
« 01 » 03 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ



Директор МБУ ДО ДЮСШ
 Долбилов А.Б.
Приказ № 28-ОД от 01.03.2023 г.

ИНСТРУКЦИЯ № 3
по охране труда для тренера-преподавателя муниципального
бюджетного учреждения дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа»
городского округа Нижняя Салда

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

1.1. Настоящая инструкция по охране труда для тренера-преподавателя муниципального бюджетного учреждения дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» (далее МБУ ДО ДЮСШ) разработана в 2023 году в соответствии с Приказом Минтруда России от 29 октября 2021 года № 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда»; Правил безопасности занятий по физической культуре и спорту в общеобразовательных школах системы Министерства просвещения РФ, на основании изученных условий проведения образовательного процесса, определения опасных и вредных факторов, анализа наиболее вероятных случаев травматизма, заболевания и их причин, определения наиболее безопасных методов и приемов ведения образовательного процесса; в соответствии с разделом X Трудового кодекса Российской Федерации и иными нормативными правовыми актами по охране и безопасности труда.

1.2. Выполнение инструкции является обязательным при проведении учебно-тренировочных занятий по всем видам спорта в муниципальном бюджетном учреждении дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа» (далее МБУ ДО ДЮСШ).

1.3. К проведению учебных занятий допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, имеющие профессиональную подготовку, прошедшие вводный инструктаж, обучение безопасным методам и приемам работ, а также первичный, повторный и (при необходимости) внеплановый инструктаж по безопасности труда непосредственно на рабочем месте, прошедшие предварительный (при поступлении на работу) и проходящие периодические медицинские осмотры и не имеющие медицинских противопоказаний.

1.4. Продолжительность рабочего дня не должна превышать 8 часов, начало рабочего дня - в соответствии с учебным расписанием, обеденный перерыв - не позднее чем через четыре часа после начала рабочего дня.

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

1.6. Во время проведения учебных занятий на тренера могут воздействовать следующие вредные и опасные производственные факторы:

- возможность получения травм при несоблюдении мер безопасности;
- возможность поражения электрическим током при прикосновении к металлическим нетоковедущим частям незаземленного оборудования, к токоведущим частям оборудования.

1.7. К занятиям допускаются учащиеся прошедшие медицинский осмотр, не имеющие противопоказаний к занятиям данным видом спорта.

1.8. Тренер обязан в начале учебного года провести инструктажи по технике безопасности, пожарной безопасности, правилам поведения при поездках со всеми учащимися и проводить дополнительные инструктажи по мере необходимости, с обязательной отметкой в «Журнале по охране труда».

1.9. Помещение для занятий должны быть обеспечены огнетушителями и аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

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

1.11. 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.

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

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

1.14. Все занимающиеся должны уметь оказывать первую доврачебную помощь.

1.15. Опасные факторы, способствующие получению травмы учащимися, при проведении занятий: нарушение требования пожарной безопасности, техники безопасности.

1.16. После перенесённых травм или заболеваний учащиеся допускаются к занятиям только с разрешения врача (школы или поликлиники).

1.17. Контроль за выполнением требований инструкции осуществляет администрация МБУ ДО ДЮСШ.

1.18. За нарушение требований инструкции участники учебно-тренировочных занятий несут личную ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации.

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

2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

Тренер-преподаватель МБУ ДО ДЮСШ должен:

2.1. Быть на рабочем месте за 30 минут до начала занятий.

2.2. Убедиться в исправности инвентаря, оборудования, безопасности состояния помещений:

- проверить санитарное состояние помещений, достаточность освещения;
- исправность, устойчивость, чистоту оборудования;
- соответствие высоты столов, стульев индивидуальным данным занимающихся;
- отсутствие видимых повреждений электроарматуры, электропроводки, в т.ч. и изоляции;

- исправность полов в помещении, убедиться, что полы ровные, чистые, сухие, находятся в исправном состоянии, не имеют щелей, выбоин, набитые планки и торчащие из пола предметы не допускаются;
- отсутствие возможности падения каких-либо предметов со стен;
- надежность крепления рам и стекол к рамам, прочность запорных приспособлений и надежность их действия;
- отсутствие на дверях пружин и доводчиков;
- отсутствие на уровне, не превышающем роста занимающихся, вбитых в стены гвоздей (шурупов);
- соответствие условий эксплуатации электронно-вычислительной техники санитарно-гигиеническим и противопожарным требованиям.

2.3. При неготовности сооружений к эксплуатации занятия в данном месте не проводить, о чем своевременно уведомить администрацию МБУ ДО ДЮСШ.

2.4. Напомнить занимающимся о правилах безопасности на занятиях.

2.5. При температуре ниже +18 градусов занятия не проводить.

3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

Тренер-преподаватель МБУ ДО ДЮСШ:

3.1. Во время учебно-тренировочных занятий неотлучно находится с учащимися.

3.2. Внимательно следит за состоянием детей, не допуская их переутомления. Нагрузки для детей устанавливает в соответствии с их уровнем физического развития и состоянием здоровья, при появлении у учащихся признаков утомления или недомогания отправляет их к врачу.

3.3. При проведении занятий тренеру-преподавателю запрещается:

3.3.1. Допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности на занятиях.

3.3.2. Оставлять детей без присмотра.

3.3.3. Передоверять кому-либо вверенных тренеру-преподавателю детей без разрешения на это директора МБУ ДО ДЮСШ.

3.3.4. Оставлять без присмотра неиспользуемый в данный момент спортивный инвентарь.

3.3.5. Использовать неисправное спортивное оборудование и инвентарь.

3.3.6. Курить, пользоваться открытым огнем в помещениях и в коридорах и территории учебного заведения.

3.3.7. Пользоваться нагревательными электроприборами в помещениях, в которых находятся дети.

3.3.8. Проветривать помещения при нахождении в них детей. Открывать форточки можно только стоя на полу, запрещается вставать для этого на подоконник или мебель.

3.3.9. Скрывать личные заболевания или травмы. Обо всех таких случаях необходимо немедленно докладывать директору.

3.3.10. Самостоятельно ремонтировать неисправное электрооборудование.

3.4. Действия по оказанию первой доврачебной помощи при ушибах и растяжениях.

3.4.1. При ушибе, растяжении происходит повреждение мягких тканей, появляется припухлость на месте ушиба, синяка:

- создать покой поврежденному участку, наложить холодный компресс (3-4 раза на час с интервалом по 15 минут);

- при ушибе носа, с сопровождающимся кровотечением, голову наклонить вперед, зажав крылья носа пальцами на 10-15 минут;

- при ушибе головы обеспечить покой, при транспортировке уложить на спину, положив под голову подушку, организовать сопровождение врачом.

3.4.2. Незамедлительно извещать администрацию МБУ ДО ДЮСШ о несчастном случае и о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью учащихся.

3.5. Действия по оказанию первой доврачебной помощи при переломах и вывихах:

3.5.1. Основные признаки перелома: резкая боль, усиливающаяся при попытке движения, постепенно нарастающая припухлость в месте повреждения, деформация. Диагноз перелома костей может поставить только врач:

- при вывихе происходит смещение сочленяющихся костей;
- при подозрении на перелом, вывих, подвывих нельзя делать попыток к выправлению, тянуть за поврежденное место;
- создать максимальный покой поврежденной части тела с помощью транспортной шины из твердого материала, обернутого в мягкую ткань;
- шину перебинтовать так, чтобы она захватывала суставы ниже и выше места повреждения;
- при переломе костей голени две шины укладывают, по наружной и по внутренней поверхностям ноги от стопы до верхней трети бедра;
- при переломе бедра одну шину располагают по наружной стороне от подмышечной впадины поврежденной стороны до стопы, а вторую по внутренней стороне паха до стопы. Шины туго перебинтовывают к ноге бинтом или полотенцем в трех местах. Стопу фиксируют тугой повязкой;
- при переломе руки, ключицы или вывихе костей в плечевом или локтевом суставе руку прижимают к туловищу, закрепляют повязкой.

3.6. Действия по оказанию первой доврачебной помощи при ранениях:

3.6.1. При ранении происходит повреждение кожи, слизистых оболочек, иногда глубоко лежащих тканей;

3.6.2. Оказывая первую помощь при ранении, необходимо остановить кровотечение, наложить стерильную повязку и доставить пострадавшего к врачу;

3.6.3. При кровотечении в виде капель или ровной непрерывной струи прикрыть рану салфеткой, положить сверху тампон ваты, туго забинтовать, а затем приподнять конечность;

3.6.4. При кровотечении толчками или под давлением, кровоточащий сосуд прижать к кости выше места ранения, после этого максимально согнуть конечность в суставе и забинтовать в таком положении. Затем наложить жгут на 5-7 см. выше раны. Под жгут положить ткань. Жгут нельзя оставлять более чем на 1 час 30 минут;

3.6.5. Рану нельзя промывать водой и трогать руками;

3.6.6. Рану по краям смазать йодом и накрыть стерильным материалом

4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При обнаружении каких-либо неисправностей, повреждений изоляции электрокабелей, при внезапном отключении электропитания, при возникновении пожара необходимо немедленно эвакуировать детей из помещения в соответствии с планом эвакуации.

4.2. При поломке спортивного инвентаря, оборудования немедленно прекратить его использование и убрать с места проведения занятий.

4.3. При получении учащимся травм, недомоганий немедленно направить его к врачу, оказав при необходимости ему доврачебную помощь.

4.4. 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.

4.5. При возникновении пожара в спортивном зале или территории школы немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

4.6. При возникновении стихийных бедствий (ураган, гроза и т.д.) немедленно уводит детей со стадиона, спортивных площадок.

4.7. Обо всех аварийных ситуациях и происшедших авариях работники должны немедленно докладывать своему непосредственному начальнику и не приступать к работе до устранения причин аварии.

4.8. Освободить учащихся от занятия при появлении у них боли в руках, покраснения кожи, а также при плохом их самочувствии, при необходимости проводить к медику или вызвать врача.

5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

5.1. Организованно вывести детей из зала или со спортивной площадки.

5.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь, тщательно проветрить спортивный зал, проследить за проведением влажной уборки зала.

5.3. Закрыть все окна, форточки, двери.

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

5.5. Отключить электроосвещение.

5.6. О всех недостатках, обнаруженных в ходе занятий, и имеющихся замечаниях необходимо сообщить руководителю.

