



СОГЛАСОВАНО:  
Уполномоченный по охране труда  
ОГАУ ДО ОСШ по футболу

  
Д.В. Пьянзов

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ОГАУ ДО ОСШ по футболу



  
А.Ю. Фомин

**ВВОДНЫЙ ИНСТРУКТАЖ**  
**по охране труда для обучающихся**  
**во время занятий физической культурой и спортом**  
**ИОТ – 058 - 2023**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящий *вводный инструктаж по охране труда для обучающихся во время занятий физической культурой и спортом* в учреждении разработан в соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» с изменениями от 24 ноября 2015г; Федеральным законом № 273-ФЗ от 29.12.2012г "Об образовании в Российской Федерации" в редакции от 26 июля 2019 года; Письмом Минобрнауки России № 12-1077 от 25 августа 2015 года «Рекомендации по созданию и функционированию системы управления охраной труда и обеспечением безопасности образовательного процесса в образовательных организациях, осуществляющих образовательную деятельность» и иными нормативно-правовыми актами, Правилами внутреннего распорядка обучающихся учреждения.

1.2. К занятиям физической культурой и спортом допускаются обучающиеся, прошедшие вводный инструктаж по правилам безопасности во время занятий физической культурой и спортом в учреждении, медицинский осмотр, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья и усвоившие основные требования безопасного выполнения работ со спортивным оборудованием и инвентарем.

1.3. К занятиям физической культурой и спортом допускаются обучающиеся, имеющие допуск врача. После болезни обучающийся обязан предоставить тренеру-преподавателю справку из медицинского учреждения.

1.4. Данный вводный инструктаж по охране труда во время занятий физической культурой и спортом составлен для обучающихся в целях обеспечения охраны здоровья и безопасных условий обучения во время занятий физической культурой и спортом в учреждении.

1.5. Проведение вводного инструктажа во время занятий физической культурой и спортом в спортивном зале регистрируют в журнале инструктажа обучающихся по технике безопасности (ТБ) с подписью инструктируемого и инструктирующего.

1.6. Вводный инструктаж по охране труда проводится с обучающимися на занятиях физической культурой и спортом в спортивном зале или на спортивной площадке в начале учебного года, а также с вновь прибывшими обучающимися учреждения в течение учебного года. Тренеру-преподавателю вводный инструктаж рекомендуется проводить с использованием современных демонстрационных средств обучения, а также наглядных пособий.

**2. Общие требования безопасности**

2.1. Занятия проводятся на спортивной площадке (стадионе) и в спортивном зале.

2.2. Обучающиеся занимаются в спортивной форме и чистой спортивной обуви. Спортивная форма должна соответствовать температуре в спортивном зале и погодным условиям (при занятиях на спортивной площадке).

2.3. Каждый обучающийся должен соблюдать правила личной гигиены.

2.4. Обучающийся должен:

- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;

- быть внимательным при перемещениях по спортивной площадке (стадиону);

- знать и выполнять настоящую инструкцию;

2.5. Во время проведения занятий физической культурой и спортом вероятно воздействие

на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при падении на твердом покрытии или грунте;
- травмы при нахождении в секторе броска;
- травмы вследствие плохой разминки;
- травмы при столкновении;
- травмы при нарушении правил спортивных игр;
- травмы при нарушении правил обращения со спортивным инвентарем и спортивным оборудованием, правил техники выполнения упражнений.

2.4. Во избежание несчастных случаев, обучающимся следует внимательно ознакомиться с правилами безопасности во время занятий физической культурой и спортом, и строго соблюдать их выполнение.

2.5. Обучающиеся должны спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, входить и выходить из спортивного зала, спортивных раздевалок.

2.6. Присутствие обучающихся на учебно-тренировочных занятиях в спортивном зале и на спортивной площадке допустимо только в присутствии тренера-преподавателя.

2.7. Запрещается загромождать проходы в раздевалках сумками, передвигать скамейки.

2.8. Запрещено обучающимся приносить посторонние предметы на занятия физической культурой и спортом, чтобы не отвлекать и не травмировать других обучающихся.

2.9. Не выносить из спортивного зала, без указания тренера-преподавателя, любой спортивный инвентарь.

2.10. Во время проведения занятия по физической культуре и спорту необходимо быть внимательным и дисциплинированным на тренировке, точно выполнять указания тренера-преподавателя.

2.11. Запрещается без разрешения тренера-преподавателя начинать самостоятельное выполнение упражнений на спортивных снарядах, играть в спортивные игры, осуществлять упражнения.

2.12. При получении травмы, а также при плохом самочувствии обучающиеся должны немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю.

### **3. Требования безопасности перед началом занятия физической культурой и спортом**

3.1. Перед занятием физической культурой и спортом обучающиеся переодеваются в спортивных раздевалках (мужской, женской).

3.2. В спортивной раздевалке запрещается вставать на скамейки, мусорить, грубо вести себя по отношению к другим обучающимся. В случае возникновения конфликтной ситуации, обучающиеся должны сообщить об этом тренеру-преподавателю.

3.3. Перед началом занятия необходимо снять часы, булавки, кольца и другие украшения, причесать волосы так, чтобы они не мешали занятию.

3.4. Убрать из карманов спортивной формы все посторонние предметы.

3.5. Под руководством тренера-преподавателя подготовить спортивный инвентарь, необходимый для проведения занятия.

3.6. Занятие начинается с построения в спортивном зале (спортивной площадке).

3.7. Если занятия проводятся на улице, обучающиеся выходят из помещения в сопровождении тренера-преподавателя.

### **4. Требования безопасности во время занятия физической культурой и спортом**

4.1. В подготовительной части занятия обучающийся получают сведения о безопасной организации занятий, о приёмах и методах безопасного выполнения упражнений, спортивных заданий.

4.2. В течение занятия физической культурой и спортом обучающиеся должны придерживаться следующих правил:

- внимательно слушать и четко выполнять указания тренера-преподавателя;
- начинать упражнения с разрешения тренера-преподавателя;
- начинать занятия с разминки;

- выполнять упражнения только на исправных снарядах;
- не выполнять упражнения без страховки;
- не покидать самовольно место занятий;
- не выполнять другие действия без разрешения тренера-преподавателя.

4.3. В течение проведения занятия физической культурой и спортом обучающиеся обязаны выполнять только те упражнения, которые разрешил выполнять тренер-преподаватель.

4.4. Брать спортивный инвентарь, находящийся в спортивном зале или тренерской, разрешается только с разрешения тренера-преподавателя.

4.5. Во время выполнения упражнений с мячами обучающийся обязан контролировать падение мяча, чтобы избежать умышленного травмирования других обучающихся.

4.6. Во время передвижений смотреть вперед, соблюдать дистанцию, избегать столкновений, избегать резкого изменения направления своего движения.

4.7. Во время занятий на улице, категорически запрещено покидать спортивную площадку, где проходит занятие и тем более территорию учреждения.

4.8. Во время занятий физической культурой и спортом запрещается жевать жевательную резинку, принимать какую-либо пищу.

4.9. При обнаружении поломок спортивного оборудования, обучающиеся должны немедленно сообщить тренеру-преподавателю.

4.10. В случае переутомления или плохого самочувствия, обучающийся должен прекратить занятия и, предварительно уведомив тренера-преподавателя, обратиться в медицинский пункт учреждения.

## **5. Требования безопасности в аварийных ситуациях во время занятий физической культурой и спортом**

5.1. При получении травмы, немедленно сообщить тренеру-преподавателю.

5.2. В случае возникновения аварийных ситуаций необходимо сохранять спокойствие, четко выполнять указания тренера-преподавателя и по его указанию, быстро и без паники, покинуть спортивный зал или спортивную площадку.

5.3. При внезапном заболевании, либо плохом самочувствии, сообщить тренеру-преподавателю.

5.4. Обо всех поломках спортивных снарядов и спортивного инвентаря оперативно сообщать тренеру-преподавателю, не пытаться починить самостоятельно.

## **6. Требования безопасности по окончании занятия физической культурой и спортом**

6.1. Занятие физической культурой и спортом заканчивается построением, на котором подводятся его итоги.

6.2. При необходимости и с указания тренера-преподавателя обучающиеся убирают спортивный инвентарь.

6.3. После разрешения тренера-преподавателя, обучающиеся организованно, спокойным шагом покидают спортивный зал (спортивную площадку) и расходятся по раздевалкам.

6.4. После физической нагрузки обучающимся не рекомендуется пить холодную воду во избежание простудных заболеваний.

6.5. После занятия, обучающиеся должны переодеться в раздевалке.

6.6. В раздевалке обучающиеся должны вести себя тихо, не кричать, не мешать другим обучающимся.

6.7. После занятий вымыть с мылом руки и умыться или принять душ.

