**Государственное автономное учреждение Нижегородской области «Физкультурно-оздоровительный комплекс в г. Павлово Нижегородской области»**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор ГАУ НО «ФОК

 в г. Павлово Нижегородской области» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Н.А. Биушкин/

 «\_\_\_22\_\_»\_\_\_\_04\_\_\_\_ 2016 г.

.

**ПЕРЕЧЕНЬ**

инструкций по охране труда для педагогов образовательных учреждений,

сопровождающих учащихся для занятий в ФОКе

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **N****п/п** | **Наименование инструкции****по охране труда** | **Номер** **инструкции по охране труда** | **Дата утверждения** |
| **1** | **2** | **3** | **4** |
| 1. | Памятка по правилам поведения для сопровождающих педагогов организованной группы детей при получении занимающимися детьми травм на занятиях |  | 22.04.2016 г. |
| 2. | Инструкция по охране труда для сопровождающего педагога организованной группы детей в бассейне  | 1с | 22.04.2016 г. |
| 3. | Инструкция по охране труда для сопровождающего педагога организованной группы детей при проведении занятий на ледовой арене | 2с | 22.04.2016 г. |
| 4. | Инструкция по охране труда для сопровождающего педагога организованной группы детей при проведении занятий по спортивным и подвижным играм (футбол, волейбол, баскетбол, теннис и др.) | 3с | 22.04.2016 г. |
| 5. | Инструкция о порядке действий тренерско-инструкторского персонала, сопровождающих педагогов организованных групп детей по обеспечению безопасной эвакуации детей и посетителей при возникновении пожара | 4ПБ | 22.04.2016 г. |

**Государственное автономное учреждение Нижегородской области «Физкультурно-оздоровительный комплекс в г. Павлово Нижегородской области»**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор ГАУ НО «ФОК

 в г. Павлово Нижегородской области» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Н.А. Биушкин/

 «\_\_\_22\_\_»\_\_\_\_04\_\_\_\_ 2016 г.

.

**ПАМЯТКА**

**ПО ПРАВИЛАМ ПОВЕДЕНИЯ**

**ДЛЯ ТРЕНЕРОВ-ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ, ИНСТРУКТОРОВ ПРИ ПОЛУЧЕНИИ ЗАНИМАЮЩИМИСЯ ДЕТЬМИ ТРАВМ НА ЗАНЯТИЯХ**

Если в ходе проведения занятий в помещениях ФОКа, занимающийся ребенок получил травму, то сопровождающему группу педагогу необходимо руководствоваться следующим алгоритмом действий:

1. Вызвать медицинскую сестру на место происшествия или проводить ребенка в медицинский кабинет (в зависимости от самочувствия пострадавшего) для оказания первой помощи.
2. Если появилась необходимость в госпитализации, а родителей нет, то пострадавшего в лечебное учреждение сопровождает один из сопровождающих педагогов или методист ФОКа.
3. Сообщить о происшествии руководству, написав объяснительную записку, а медсестре написать докладную записку о происшедшем.

Разработал:

Заместитель директора по ФСР В.А. Урядов

Согласовано:

Специалист по охране труда Л.В. Пасынкова

**Государственное автономное учреждение Нижегородской области «Физкультурно-оздоровительный комплекс в г. Павлово Нижегородской области»**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор ГАУ НО «ФОК

 в г. Павлово Нижегородской области» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Н.А. Биушкин/

 «\_\_\_22\_\_»\_\_\_\_04\_\_\_\_ 2016 г.

**ИНСТРУКЦИЯ № 4 ПБ**

**о порядке действий тренерско-инструкторского персонала, сопровождающих педагогов организованных групп детей по обеспечению безопасной эвакуации детей и посетителей при возникновении пожаре.**

**1.**  **Общие требования пожарной безопасности.**

1.1. Настоящая инструкция о порядке действий персонала по обеспечению безопасной и быстрой эвакуации людей при пожа­ре разработана для ГАУ НО «ФОК в г. Павлово НО» в соответствии с Постановлением Правительства РФ от 25.04.2012 г.№ 390 «О противопожарном режиме», Приказом МЧС РФ от 12.12.2007 г. № 645 «Об утверждении норм пожарной безопасности. Обучение мерам пожарной безопасности работников организаций» и противопожарным режимом учреждения.

1.2. Инструкция является дополнением к схематическим планам эвакуации занимающихся детей, работников и посетителей учреждения.

1.3. Инструкция предназначена для организации безопасной и быстрой эвакуации занимающихся детей, работников и посетителей из здания учреждения в случае пожара.

1.4. Практические тренировки по эвакуации работников и посетителей в случае пожара проводятся не реже двух раз в год.

**2.**  **Порядок эвакуации из залов учреждения при пожаре.**

2.1. При возникновении пожара немедленно сообщить о пожаре в пожарную часть

по тел. **– 101** и администрации учреждения.

2.2. Начальник дежурной смены должен выключить приточно-вытяжную вентиляцию.

2.3. Немедленно оповестить работников и посетителей о пожаре с помощью установленной системы оповещения.

2.4. Открыть все эвакуационные выходы из здания.

2.5. Быстро, без паники и суеты эвакуировать детей, посетителей и работников из здания согласно плану эвакуации, не допуская встреч­ных и пересекающихся потоков людей.

2.6. Покидая помещение, отключить все электроприборы, выклю­чить свет, плотно закрыть за собой двери, окна и форточки во избежание распространения огня и дыма в смежные помещения.

2.7. Организовать сбор эвакуированных лиц в специально установленном месте (автостоянка и центральный вход).

2.8. Проверить отсутствие посетителей и работников во всех помещениях здания и наличие людей по спискам в месте сбора.

2.9. Контролеру КПП организовать встречу работников пожарной охраны и проводить их к месту пожара.

2.10. До приезда работников пожарной охраны членам пожарного звена учреждения организовать тушение пожара первичными средствами пожаротушения.

**3. Обязанности работников при пожаре.**

3.1. При проведении эвакуации работники учреждения обязаны:

- с учетом сложившейся обстановки определить наиболее безопасные эвакуационные пути и выходы, обеспечивающие возможность эвакуации работников и посетителей в безопасную зону в кратчайший срок;

- исключить условия, способствующие возникновению паники. **С этой целью тренерам, инструкторам, дежурным по залу, сопровождающим педагогам групп детей и другим работникам учреждения нельзя оставлять детей без присмотра с момента обнаружения пожара и до его ликвидации;**

- эвакуацию детей и посетителей следует начинать из помещения, в котором возник пожар, и из смежных с ним помещений, которым угро­жает опасность распространения огня и продуктов горения. Детей младшего возраста следует эвакуировать в первую очередь;- в зимнее время по усмотрению лиц, осуществляющих эвакуацию, дети старших возрастных групп могут предварительно одеться или взять теплую одежду с собой, а детей младшего возраста следует выводить или выносить, завернув в теплые вещи;

- тщательно проверять все помещения, чтобы исключить возможность пребывания в опасной зоне детей и посетителей, спрятавшихся в душевых, сан узлах или других местах;

- выставлять посты безопасности на входах в здание, чтобы ис­ключить возможность возвращения посетителей и работников в здание, где возник пожар;

- при тушении необходимо в первую очередь обеспечить благо­приятные условия для безопасной эвакуации посетителей;

- запрещается открывать окна и двери, а также разбивать стекла во избежание распространения огня и дыма в смежные помещения.

3.2. При организации и проведении новогодних и других мероприятий с массовым

пребыванием людей:

- должно быть организовано дежурство ответственных лиц в залах;

- проводить огневые, сварочные и другие виды пожароопасных работ в здании учреждения при наличии в помещениях людей, а также без письменного приказа руководителя учреждения запрещается;

- необходимо помнить, что все огнетушители работают очень непродолжительное время: пенные 60-80 сек., углекислотные – 25-45 сек, порошковые 10-15 сек. Приводить их в действие следует непосредственно возле очага пожара;

 - если очаг возгорания разрастается, немедленно сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть по телефонам: - 101 или 112;

- в загоревшемся помещении не нужно дожидаться, пока приблизится пламя. Основная опасность пожара для человека – дым. При наступлении признаков удушья лечь на пол и как можно быстрее ползти к выходу;

- приложить усилия, чтобы исключить состояние страха и паники. Они часто толкают людей на безрассудные поступки.

**4. Оказание первой доврачебной помощи пострадавшим на пожаре**

4.1. Наиболее характерными видами повреждения организма человека при пожаре являются: травматический шок, термический ожог, удушье, ушибы, переломы, ранения.

4.2. Запрещается:

- перетаскивать пострадавшего на другое место, если ему ничто не угрожает и если первую доврачебную помощь можно оказать на месте. Особенно это касается переломов, повреждений позвоночника, проникающих ранений;

- давать воду, лекарства находящемуся без сознания пострадавшему, т.к. он может задохнуться;

- удалять инородные тела, выступающие из грудной, брюшной или черепной полости даже если кажется, что их легко можно вытащить;

-оставлять находящегося без сознания пострадавшего на спине, чтобы он не захлебнулся в случае тошноты, рвоты или кровотечения.

4.3. Необходимо:

- как можно скорее вызвать «Скорую помощь», точно и внятно назвав место, где произошло несчастье. Если не уверены, что вас правильно поняли, звонок лучше продублировать.

- до приезда «Скорой помощи» попытаться найти медицинского работника, который сможет оказать пострадавшему более квалифицированную помощь;

- в случае, когда промедление может угрожать жизни пострадавшего, следует оказать ему первую доврачебную помощь, не забывая об основополагающем медицинском принципе – «не навреди».

**4.4 Основными мероприятиями при оказании первой доврачебной помощи являются следующее**:

4.4.1. **При травматическом шоке:**

- осторожно уложить пострадавшего на спину, при рвоте повернуть голову набок;

проверить есть ли дыхание, работает ли сердце. Если нет - начать реанимационные мероприятия;

- быстро остановить кровотечение, иммобилизовать места переломов;

- дать обезболивающее.

Запрещается**:**

- переносить пострадавшего без надежного обезболивания, а в случае переломов – без шинирования;

- снимать прилипшую после ожога одежду;

- давать пить при жалобе на боль в животе;

- оставлять больного без наблюдения.

4.4.2. **При термическом ожоге:**

- освободить обожженную часть тела от одежды; если нужно, разрезать её, не сдирая приставшие к телу куски ткани;

- нельзя вскрывать пузыри, касаться ожоговой поверхности руками, смазывать ее жиром, мазью и другими веществами.

4.4.3. **При ограниченных ожогах 1 степени:**

на покрасневшую кожу хорошо наложить марлевую салфетку, смоченную спиртом. При ограниченном ожоге следует немедленно начать охлаждение места ожога (прикрыв его салфеткой и ПХВ – пленкой) водопроводной водой в течение 10-15 минут. После чего на пораженную поверхность наложить чистую, лучше стерильную, щадящую повязку, ввести обезболивающие средства (анальгин, баралгин и т.п.).

4.4.4. **При обширных ожогах** после наложения повязок, напоив горячим чаем, дав обезболивающее и тепло укутав пострадавшего, срочно доставить в больницу. Если перевязка пострадавшего задерживается или длиться долго, ему дают пить щелочно-солевую смесь (1 ч. ложку поваренной соли и 1 ч. ложки пищевой соды, растворенных в двух стаканах воды).

4.4.5. **При ранении:**

- смазать края раны йодом или спиртом;

- наложить стерильную повязку.

 Запрещается:

- прикасаться к ране руками;

- при наложении повязки прикасаться к стороне бинта, прилежащей к ране.

4.4.6. **При сильном кровотечении:**

- пережать поврежденный сосуд пальцем;

-сильно согнуть поврежденную конечность, подложив под колено или локоть тканевый валик;

- наложить жгут, но не более чем на 1 час, после чего ослабить скрутку и, когда конечность потеплеет и порозовеет, снова затянуть;

-при небольших кровотечениях прижать рану стерильной салфеткой и забинтовать.

4.4.7. **При переломах конечностей:**

- обеспечить покой травмированного места;

- наложить шину из палок или других подручных средств;

- придать сломанной руке или ноге возвышенное положение;

- приложить холодный компресс;

- дать обезболивающее;

- при открытом переломе наложить на рану антисептическую повязку.

 Запрещается:

- пытаться составлять обломки костей;

- фиксировать шину в месте, где выступает кость;

- прикладывать к месту перелома грелку;

- без необходимости снимать одежду и обувь с поврежденной конечности ( в месте перелома одежду и обувь лучше вырезать).

4.4.8. **При удушье:**

- установить признаки, указывающие на то, что пострадавший жив и нуждается в помощи, по следующим показаниям:

- зеркало, приложенное ко рту пострадавшего, запотевает;

- зрачок сужается при приближении источника света и расширяется при удалении;

- палец руки отекает, если его перевязать ниткой;

- кожа воспаляется (краснеет) при воздействии источника тепла;

- обеспечить приток свежего воздуха;

- уложить пострадавшего так, чтобы ноги были приподняты;

 - расстегнуть одежду, стесняющую дыхание;

- дать понюхать нашатырный спирт;

 - при отсутствии самостоятельного дыхания провести искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

4.4.9. Приступая к оказанию первой доврачебной помощи пострадавшему при пожаре, спасающий должен четко представлять последовательность собственных действий в конкретной ситуации. Время играет решающую роль.

Разработал:

Специалист по ОТ Пасынкова Л.В.

Согласовано:

Главный инженер Трамбецкий И.П.

**Государственное автономное учреждение Нижегородской области «Физкультурно-оздоровительный комплекс в г. Павлово Нижегородской области»**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор ГАУ НО «ФОК

 в г. Павлово Нижегородской области» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Н.А. Биушкин/

 «\_\_\_22\_\_»\_\_\_\_04\_\_\_\_ 2016 г.

**ИНСТРУКЦИЯ № 1с**

**ПО ОХРАНЕ ТРУДА ДЛЯ СОПРОВОЖДАЮЩЕГО ПЕДАГОГА**

**ОРГАНИЗОВАННОЙ ГРУППЫ ДЕТЕЙ В БАССЕЙНЕ**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К сопровождению детей в бассейн допускаются педагоги ( далее сопровождающие), имеющие соответствующую квалификацию, прошедшие медицинское освидетельствование, вводный инструктаж по охране труда и противопожарный инструктаж, первичный инструктаж и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. **Сопровождающий педагог несет полную ответственность за состояние здоровья обучающихся, воспитанников (далее - обучающиеся) во время предусмотренных расписанием занятий.**

 1.2. При проведении занятий по плаванию необходимо соблюдать правила поведения на воде и в бассейне, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха; соблюдать правила посещения бассейна; уметь оказывать первую помощь пострадавшим.

1.3. При проведении занятий по плаванию возможно воздействие следующих вредных и опасных факторов:

- травмы и утопление при прыжках в воду головой вниз при недо­статочной глубине бассейна;

- недостаточная освещенность территории бассейна или, наоборот, большая блесткость воды;

- повышенный шум от работы приточно-вытяжной вентиляции и при проведении массовых выступлений и спортивных мероприятий.

 - переохлаждение тела; - ушибы и травмы при падении на мокром и скользком полу; - порезы ног об острые сколы плиток;

1.4.Сопровождающий должен проходить обязательные периодические медицинские осмотры согласно приказа Минздрава №302н от 12.04.2011 г.

1.5.При проведении занятий по плаванию должны быть подготовле­ны средства для спасания утопающих, а также медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания пер­вой помощи при травмах.

1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастно­го случая обязан немедленно сообщить сопровождающему, инструктору или другому должностному лицу о случившемся, пострадавшего необходимо немедленно доставить в медкабинет или оказать первую помощь на месте. 1.7. Курить и принимать пищу разрешается только в специально отведенных для этой цели местах.

1.8. В процессе занятий плаванием все посещающие бассейн должны соблюдать порядок проведения этих занятий.

1.9.С посетителями бассейна, допустившими невыполнение или нарушение ин­струкции по охране труда, проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

**2. Требования безопасности перед началом занятий.**

2.1. Сопровождающий должен убедиться в том, что температура воды не ниже установленной нормы.

2.2. Сделать перерыв между приемом пищи и купанием не менее 45-50 мин**.**

2.3. Сделать разминку, выполнив несколько легких упражнений.

2.4.Сопровождающий следит, чтобы дети разделись и прошли в душ. Там необходимо следить, чтобы каждый занимающийся умел открывать душ, предварительно потрогав трубы, сначала открывается холодная, затем горячая вода. Закрывается вода наоборот.
2.5. Занимающиеся обязаны по необходимости посетить туалет перед началом занятий, затем тщательно вымыться, после чего одевать купальный костюм.
2.6.Дети при себе должны иметь: непромокаемый пакет с мылом и мочалкой, шапочку и купальный костюм.
2.7 .Категорически запрещено приносить в душ мыльные принадлежности, которые
находятся в стеклянной посуде, оставлять мыло на полу.
2.8 .Если занимающийся не совсем здоров, то он отстраняется от занятий.
2.9. Группы должны комплектоваться по возрасту и физической подготовленности.

 **3. Требования безопасности во время занятий** 3.1 Сопровождающий должен проводить занятия в спортивном костюме и сланцах.
3.2. Перед началом занятий занимающиеся обязательно выстраиваются в шеренгу и рассчитываются.
3.3 Во время проведения занятий занимающиеся не должны бегать, кричать и толкаться на
бортиках, нельзя допускать, чтобы занимающиеся подавали ложные крики о помощи.
3.4 Каждое занятие начинается и заканчивается по сигналу сопровождающего или инструктора.
3.5 Вход и выход в бассейн (в воду) спиной к воде по лестнице. 3.6 Выход из помещения бассейна во время занятий допускается только с разрешения сопровождающего педагога или инструктора.
После посещения туалета во время занятий, занимающиеся должны вымыться вновь и только после этого входить в воду.
3.7 На дорожках должно быть не более 10 человек на одного сопровождающего.
3.8 На водных дорожках должно соблюдаться правостороннее движение.
3.9 Во время занятий сопровождающий не должен отлучаться из бассейна и должен всегда видеть всю группу, чтобы иметь возможность в случае необходимости быстро оказать помощь.
3.10. Дети не должны виснуть и садиться на разделительных дорожках. 3.11. Не прыгать в воду при недостаточной глубине воды или при нахождении вблизи других пловцов. 3.12.  Соблюдать достаточный интервал и дистанцию.

**4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. Почувствовав озноб, быстро выйти из воды и растереться полотенцем.

4.2. При судорогах не теряться, стараться держаться на воде и позвать на помощь.

4.3.При утоплении немедленно сделать пострадавшему искусственное дыхание до восстановления самостоятельного дыхания, при необходимости отправить пострадавшего в медпункт и сообщить об этом администрации учреждения.

4.4. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему или отправить его в медкабинет, сообщить об этом администраций учреждения.

4.5. При обнаружении возгорания, действовать по ситуации:

-при опасном возгорании в спортивном комплексе открыть запасные выходы и организованно выйти согласно плану эвакуации в безопасное место, сообщить о пожаре в пожарную часть по телефону 101 или 112, сообщив при этом свое ФИО, адрес и место пожара. Сообщить о возгорании администрации учреждения. - при исключительно неблагоприятных погодных условиях, и в случае иных непредвиденных форс-мажорных обстоятельств, угрожающих безопасности, сопровождающий педагог отменяет занятия, срочно эвакуирует занимающихся из опасной зоны, сообщает о случившемся в МЧС.

**5. Требования безопасности по окончании занятий.**

5.1. После окончания занятий обязательно организованный выход занимающихся из воды по лестнице, построение и расчет.
5.2.Сопровождающий обязан находиться в помещении бассейна до тех пор, пока вся группа не покинет бассейн.

5.3.После окончания занятий необходимо убрать весь инвентарь на соответствующее место.

5.4. Сопровождающий должен проследить, чтобы дети выйдя из воды, приняли душ, насухо растерлись полотенцем и одели одежду.

5.5.Если занятия плаванием проходят в холодные месяцы, необходимо высушить волосы стационарным или переносным феном.

5.6. После проведения занятий в бассейне, сопровождающий проверяет по списку наличие всех детей в группе.

Разработал:

Заместитель директора по ФСР В.А. Урядов

Согласовано:

Специалист по охране труда Л.В. Пасынкова

**Государственное автономное учреждение Нижегородской области «Физкультурно-оздоровительный комплекс в г. Павлово Нижегородской области»**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор ГАУ НО «ФОК

 в г. Павлово Нижегородской области» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Н.А. Биушкин/

 «\_\_\_22\_\_»\_\_\_\_04\_\_\_\_ 2016 г.

**ИНСТРУКЦИЯ № 2с**

**ПО ОХРАНЕ ТРУДА ДЛЯ СОПРОВОЖДАЮЩЕГО ПЕДАГОГА**

**ОРГАНИЗОВАННОЙ ГРУППЫ ДЕТЕЙ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ**

**НА ЛЕДОВОЙ АРЕНЕ**

**1.Общие требования безопасности**

* 1. К сопровождению детей допускаются педагоги ( далее сопровождающие), имеющие соответствующую квалификацию, прошедшие медицинское освидетельствование, вводный инструктаж по охране труда и противопожарный инструктаж, первичный инструктаж и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

 **Сопровождающий педагог несет полную ответственность за состояние здоровья обучающихся, воспитанников (далее - занимающиеся) во время предусмотренных расписанием занятий.**

 1.2. При проведении занятий на ледовой арене необходимо соблюдать правила поведения на ледовой арене, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха;  уметь оказывать первую помощь пострадавшим.

1.3.Сопровождающий при проведении занятий обязан:

-получить ключи от спортивного зала, раздевалок с отметкой в Журнале приёма и сдачи ключей от помещений учреждения;

-при обнаружении на ледовой арене условий, препятствующих проведению занятий или угрожающих жизни и здоровью занимающихся, устранить их, а при невозможности это сделать- отменить занятие;

-встречать занимающихся в холле учреждения и провожать их до места проведения занятия;

-перед началом занятия открыть раздевальные комнаты для предотвращения нахождения в них посторонних лиц;

-проводить построение и перекличку групп перед началом занятий ;

-не допускать присутствия на спортивной площадке во время проведения занятий посторонних лиц, а так же лиц, находящихся в состоянии алкогольного опьянения, наркотического или токсического опьянения;

-не допускать увеличения числа занимающихся в каждой группе сверх установленной нормы

-не допускать к занятиям лиц, не прошедших медицинского осмотра и инструктажа;

-не оставлять присутствующих на занятии без присмотра и провожать их по окончании занятия в раздевальные комнаты, затем в гардероб;

1.4. Сопровождающий обязан:

- соблюдать требования настоящей инструкции, инструкции о мерах пожарной безопасности;

1.5. Сопровождающий должен:

- уметь оказывать первую (доврачебную) помощь пострадавшему при несчастном случае;

- знать местоположение средств оказания доврачебной помощи, первичных средств пожаротушения, главных и запасных выходов, путей эвакуации в случае аварии или пожара;

- во время занятий быть внимательным, не отвлекаться и не отвлекать других, не допускать на рабочее место лиц, не имеющих отношения к работе;

- о возникших неполадках сообщить администрации учреждения (заместителю директора по спортивной работе);
- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину занимающихся во время занятий;.

1.6. При обнаружении загорания или в случае пожара вывести, занимающихся детей с ледовой арены через запасные выходы.

1.7. При несчастном случае вызвать медсестру учреждения, немедленно сообщить о случившемся руководителю учреждению, заместителю директора по ФСР, принять меры к сохранению обстановки происшествия, если это не создает опасности для окружающих.

1.8. На ледовой площадке на сопровождающего и на занимающихся возможно воздействие опасных и вредных факторов:

* Недочеты в организации и методике занятий;
* недостаточная тренированность занимающихся;
* плохое состояние льда (наплывы, трещины, выбоины и т.п.);
* чрезмерная перегрузка катка;
* нарушение занимающимися правил одностороннего движения и превышение скорости катания по кругу;
* фигурное катание и игры в хоккей на одной и той же площадке;
* высокие скорости передвижения;
* нарушение правил безопасности во время занятий;
* неправильное прикрепление конька к ботинку (несовпаде­ние конька с линией Майера).

1.9. Занятия должны проводиться в спортивных костюмах, по­зволяющих выполнять свободно маховые движения руками и но­гами.

1.10. За невыполнение требований безопасности, изложенных в настоящей инструкции, сопровождающий несет ответственность согласно действующему законодательству.

 **2. Требования безопасности перед началом занятий.**

2.1.Проверить подготовленность катка к занятиям на отсутст­вие трещин, острых ледяных наплывов.

2.2.Проверить исправность коньков.

2.3.Надеть хорошо подогнанную спортивную одежду и коньки с ботинками.

2.4.Провести инструктаж по технике безопасности с занимающимися.

2.5.Не допускать к катанию больных или лиц с плохим само­чувствием.

2.6..Проверить по списку присутствующих на занятии.

2.7.При переодевании занимающихся в раздевалке сопровождающий обязан обеспечивать

 устойчивую дисциплину.

2.8. Сопровождающий должен объяснить занимающимся правила поведения в раздевалках:
- разговаривать спокойным голосом;
- аккуратно сложить вещи в шкафчик, обувь поставить на нижнюю полку шкафчика;
- соблюдать дисциплину, строго выполнять правила пользования шкафами, туалетными и душевыми кабинами;
- выполнять все требования  сопровождающего, самовольно не предпринимать никаких действий.
- бегать, хлопать дверью, толкать друг друга; бросать различные предметы друг в друга, ломать дверцы шкафов и другую мебель, двигать без разрешения сопровождающего скамейки.

2.9. При возникновении неисправности в работе душа, туалета, при поломке шкафов, дверей или скамеек немедленно сообщить об этом администрации.

 **3.Требования безопасности во время занятий.**

3.1..Занимающиеся должны внимательно слушать все команды, сиг­налы сопровождающего.

 Запрещается хватания во время движения, пинки конь­ками, удары и толчки.

3.2.Сопровождающий обязан следить, чтобы движения участников проводились по кругу против часовой стрелки.

3.3.Занимающиеся должны:

* избегать столкновений друг с другом;
* при движении по льду избегать попадания лезвия конька в трещины.
* соблюдать интервалы движения между занимающимися детьми.
* не повреждать лед и ограждения целенаправленно.

 3.4.Перед занятием сопровождающий должен проверить шнуровку коньков у детей. Шнурки должны быть завязаны максимально плотно, чтоб закрепить голеностоп (новички, не имея подготовки могут его повредить).
3.5.Правила поведения на ледовой площадке:

* запрещается практиковать фигурное и скоростное катание;
* следует помнить, что движение производиться ПРОТИВ часовой стрелки;
* центральный круг для детей умеющих кататься на коньках, кто плохо стоит на коньках - возле бортиков.

3.6.   Выйдя на лед нужно почувствовать, что на коньках скользят, а не ходят. Поэтому рекомендуется для начала кататься, отталкиваясь от бортика руками и попробовать скользить на параллельных коньках. Ноги чуть согнуты в коленях, тело наклонено вперед - это основная стойка. Падать, если такое случилось, нужно вперед и боком, чтобы не повредить колени и локти.

|  |  |
| --- | --- |
|  | 3.7.  Коньки нужно подбирать точно по ноге: только в этом случае голеностопные суставы получат хорошую поддержку, а вывихи и растяжения суставов будут практически исключены. Лучше всего надевать коньки на шерстяные носки. Шнуровать  коньки нужно тщательно. Коньки должны сидеть плотно, но перетягивать шнуровку нельзя, иначе ноги онемеют.  |

3.8.На занятиях сопровождающий должен контролировать, чтобы занимающиеся:

* не выходили на лед с едой, напитками;
* не садились на бортики катка;
* не ставили лезвие конька на металлическую поверхность;
* не бросали на лед посторонние предметы, личные вещи и снаряжение;
* не выходить самим и не разрешать выход на ледовое покрытие без коньков;
* не катались в противоположном направлении относительно движению основной массы.

 **4.Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При появлении любых признаков предаварийной ситуации (крики занимающихся; во время занятий погас свет на ледовой; запах жженой изоляции, дыма и др.) сопровождающий должен оценить опасность сложившийся ситуации, вероятность её развития и первоочередные мероприятия.

4.2.Руководство всеми действиями в чрезвычайной ситуации возлагается на сопровождающего.
4.3.Если остановить развитие чрезвычайной ситуации не удалось, сопровождающий должен предпринять меры, чтобы обезопасить занимающихся (эвакуация, исключение паники и др. меры).
4.4.Сопровождающий должен проследить, чтобы его распоряжения и приказы были выполнены.
4.5.Приступить к оказанию первой доврачебной помощи пострадавшему (пострадавшим) в чрезвычайной ситуации, вид которой определяется характером повреждения организма (сотрясение мозга, перелом и др.).
4.6.Дальнейшие действия сопровождающего и занимающихся - поставить в известность руководителя учреждения или заместителя директора по ФСР о чрезвычайной ситуации.
4.7.При ликвидации последствий чрезвычайной ситуации (развитие очага пожара, длительная обесточка и др.) сопровождающий и занимающиеся должны выполнять распоряжения руководителя учреждения или заместителя директора по ФСР.
4.8.После окончания действий оперативного характера сопровождающий должен проверить занимающихся по списку.

4.9. При возникновении пожара немедленно эвакуировать занимающихся с ледовой арены и раздевалок, сообщить о пожаре администрации учреждения и действовать, согласно плана действий при аварийных ситуациях. В обязанности сопровождающего входит вывести занимающихся с ледовой арены. При пожаре звонить по тел.101 или 112 сотовая связь.

4.10..При поломке коньков у катающегося, при его падении с получением ушиба вызвать медицинского работника учреждения, оказать первую помощь, переместить пострадавшего в теплое помещение, при необ­ходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

 **5.Требования безопасности по окончании занятий**.

5.1.По распоряжению сопровождающего занимающиеся должны организованно покинуть ледовую арену и произвести построение и расчет.
5.2. Сопровождающий должен проверить по списку наличие всех занимающихся, направить их в раздевалки и проконтролировать выход их из раздевалок.

5.3.Сопровождающий обязан находиться на ледовой арене до тех пор, пока вся группа не покинет ледовую арену.

5.4. После окончания занятий необходимо убрать весь инвентарь на соответствующее место.

Разработал:

Заместитель директора по Ф СР Урядов В.А.

Согласовано:

Специалист по охране труда Пасынкова Л..В.

**Государственное автономное учреждение Нижегородской области «Физкультурно-оздоровительный комплекс в г. Павлово Нижегородской области»**

**«УТВЕРЖДАЮ»**

Директор ГАУ НО «ФОК

 в г. Павлово Нижегородской области» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Н.А. Биушкин/

 «\_\_\_22\_\_»\_\_\_\_04\_\_\_\_ 2016 г.

**ИНСТРУКЦИЯ № 3с**

**ПО ОХРАНЕ ТРУДА ДЛЯ СОПРОВОЖДАЮЩЕГО ПЕДАГОГА ОРГАНИЗОВАННОЙ ГРУППЫ ДЕТЕЙ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ**

 **ПО СПОРТИВНЫМ И ПОДВИЖНЫМ ИГРАМ**

**(футбол, волейбол, баскетбол, теннис и др.)**

* 1. **Общие требования безопасности**

1.1.К сопровождению детей допускаются педагоги ( далее сопровождающие), имеющие соответствующую квалификацию, прошедшие медицинское освидетельствование, вводный инструктаж по охране труда и противопожарный инструктаж, первичный инструктаж и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. **Сопровождающий педагог несет полную ответственность за состояние здоровья обучающихся, воспитанников (далее - занимающиеся) во время предусмотренных расписанием занятий.**

 1.3. При проведении занятий по спортивным играм необходимо соблюдать правила поведения в универсальном зале, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха; соблюдать правила посещения универсального спортивного зала; уметь оказывать первую помощь пострадавшим.

1.4.Особое внимание следует обратить на инструктаж сопровождающему по пожарной безопасности и по оказанию первой доврачебной помощи в условиях учреждения при занятиях различными видами спорта.

1.5.К занятиям по спортивным играм допускаются лица с 8 - 10 лет, прошедшие медицинское обследование и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.6.В обязанность сопровождающего входит проведение инструктажа с занимающимися по правилам безопасности во время занятий. Работа по профилактике травматизма, заболеваний и несчастных случаев при занятиях физической культурой и спортом является одной из важнейших задач сопровождающего.

1.7.сопровождающий и обучающиеся должны строго соблюдать установленные в учреждении правила поведения, режим труда и отдыха, правила по обеспечению пожаро-взрывобезопасности, гигиены и санитарии.

1.8.Во время занятий по спортивным играм возможно воздействие следующих опасных и вредных факторов:

-     повышенная физическая динамическая нагрузка;

-     падения, прыжки, блокировка мяча;

-     силовые приемы, защитные действия, столкновения игроков;

-     недостаточные двигательные навыки (захваты, перехваты, финты);

-     грубость в игре, нарушение правил игры.

1.9.Для занятий по спортивным играм все обучающиеся и сопровождающий должны иметь соответствующий комплект спортивной одежды и обуви.

1.10.О каждом несчастном случае во время занятий сопровождающийь должен поставить незамедлительно в известность заместителя директора по ФСР учреждения и родителей пострадавшего.

1.11.В случае легкой травмы сопровождающий или медицинская сестра ФОКа должны оказать помощь пострадавшему. К лицам, получившим тяжелые травмы во время занятий, необходимо срочно вызвать медицинскую сестру и скорую помощь. До прибытия скорой помощи пострадавшему должна быть оказана первая доврачебная помощь .

1.12.Занимающиеся, нарушающие правила безопасности, отстраняются от занятий и на них накладывается дисциплинарное взыскание. Перед очередным занятием со всеми занимающимися проводится внеплановый инструктаж. 1.13.Знание и выполнение требований настоящей Инструкции является обязанностью сопровождающего, а их несоблюдение влечет за собой, в зависимости от последствий нарушения, виды ответственности, установленные законодательством РФ (дисциплинарная, материальная, уголовная).

**2.Требования безопасности перед началом занятий**

2.1.Занятия по спортивным играм должны проходить на сухой площадке (в зале на сухом полу), имеющей размеры, отвечающие требованиям правил игры. Запрещается проводить занятия на полу, натертом мастикой.

2.2.Сопровождающий до начала занятий должен проверить состояние, готовность площадки, наличие необходимого спортивного инвентаря и наличие посторонних травмоопасных предметов на спортивной площадке и в зале. Спортивное оборудование (ворота, стойки для сетки, щиты, кольца) должны быть надежно закреплены.

2.3. Вход в спортивный зал разрешается только в присутствии сопровождающего.

2.4.За порядок, дисциплину на занятиях отвечает сопровождающий.

2.5.Занятия должны проходить под руководством и при постоянном присутствии сопровождающего. Обучающиеся должны иметь спортивную форму (одежду, обувь). Спортивная обувь должна быть с нескользящей подошвой.

2.6.Во время проведения игры необходимо соблюдать игровую дисциплину, не применять грубых и опасных приемов. Перед началом занятий сопровождающий обязан проинструктировать участников игры по охране труда, правилам игры, безопасной технике отбора мяча и др. Не допускается выполнение приемов игры мячами неустановленных размеров и массы.

2.7.Запрещается заниматься спортивными играми с кольцами, браслетами на руках, серьгами в ушах и с другими украшениями. Очки должны быть закреплены резинкой и иметь роговую оправу.

2.8.Перед началом занятий сопровождающий должен постараться выявить любые, даже незначительные отклонения в состоянии здоровья занимающихся лиц для принятия соответствующих мер (освобождение от занятий, снижение нагрузки).

**3.Требования безопасности во время занятий**

3.1.Занятия в спортивном зале или на открытой площадке начинаются и проходят согласно расписанию или по согласованию с руководителем учреждения.

3.2.Сопровождающий должен поддерживать высокую дисциплину во время занятий и добиваться четкого выполнения своих требований и замечаний, постоянно осуществлять контроль за действиями занимающихся.

3.3..Во время занятий на спортивной площадке не должно быть посторонних лиц или предметов, которые могут стать причиной травмы.

3.5.Во время игры сопровождающий должен учитывать состояние занимающихся, реагировать на их жалобы о состоянии здоровья. При появлении во время занятий боли, потертости кожи, а также при неудовлетворительном самочувствии, занимающийся должен прекратить занятия и сообщить об этом сопровождающему.

**4.Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1.При резком ухудшении состоянии здоровья или травмировании занимающегося сопровождающий должен немедленно прекратить занятия и приступить к оказанию ему первой помощи.

4.2.Одновременно нужно отправить посыльного из числа занимающихся для уведомления руководителя или представителя администрации учреждения, а также вызова медицинского работника и скорой помощи.

4.3.При обнаружении признаков пожара сопровождающий должен обеспечить эвакуацию обучающихся из опасной зоны согласно схеме эвакуации при условии их полной безопасности.

В месте сбора все обучающиеся проверяются по имеющимся у сопровождающего поименным спискам.

4.5.Поведение и действие всех лиц в условиях аварийной ситуации должны быть объективными, без провокации паники, быстрыми и эффективными.  Руководство действиями в аварийной ситуации осуществляет руководитель учреждения или назначенный им представитель администрации.

**5.Требования безопасности после окончания занятий**

5.1.Убрать в отведенное место спортивный инвентарь.

5.2.Проводить занимавшихся детей в раздевалку и присутствовать там пока они не переоденутся.

5.3.Обо всех замечаниях, связанных с содержанием спортивного зала, инвентаря, поведением обучающихся, которые могут привести к повреждению здоровья, сопровождающий должен поставить в известность заместителя директора по ФСР учреждения для принятия соответствующих мер.

Разработал:

Заместитель директора по ФСР В.А. Урядов

Согласовано:

Специалист по охране труда Л.В. Пасынкова