

Муниципальная бюджетная образовательная организация дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа» муниципального района «Усть-Майский улус (район)»
Республики Саха (Якутия)
(наименование организации)

СОГЛАСОВАНО

Уполномоченный представитель
трудоого коллектива по охране труда


_____ Т.С. Бариева
«25» 04 _____ 2019 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ДЮСШ

Р.В. Кравченко

«25» 04 _____ 2019г.

ИНСТРУКЦИЯ

для обучающихся по охране труда и технике безопасности при проведении занятий по
шахкам и шахматам

ИОТ – ДЮСШ – 21-2019

Инструкцию разработал ответственный по охране труда и пожарной безопасности:

Заместитель директора по АХЧ Жмаева М.А. Жмаева

Введение

Настоящая инструкция разработана в соответствии со ст. 212 ТК РФ, п. 5.1 Методических рекомендаций по разработке государственных нормативных требований охраны труда (утв. Постановлением Министерства труда России от 17.12.2002 № 80), п.1 Методических рекомендаций по разработке инструкций по охране труда (утв. Министерством труда России от 13.05.2004), а также Положения о разработке, утверждении и изменении нормативных правовых актов, содержащих государственные нормативные требования охраны труда (утв. Постановлением Правительства РФ от 27.12.2010 № 1160).

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по шашкам и шахматам допускаются дети дошкольного возраста и учащиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. На занятиях по шашкам и шахматам соблюдать правила поведения, расписание учебно-тренировочных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по шашкам и шахматам возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- напряжение зрения и внимания;
- интеллектуальные и эмоциональные нагрузки;

1.4. Необходимо на каждом занятии проводить профилактику нарушения осанки и зрения. Для этого нужно следить за рабочей позой во время работы на занятиях.

Правильная поза:

- длина сиденья должна соответствовать длине бедер учащегося;
- высота ножек стула должна равняться длине голени;
- голеностопный, коленный, тазобедренный суставы при сидении образуют прямой угол;
- между краем стола и грудной клеткой сидящего учащегося необходимо выдерживать расстояние равное ширине кисти ребенка;

- расстояние от глаз до стола соответствует 30-35 см;

- позвоночник опирается на спинку стула;

- предплечья лежат на поверхности стола симметрично и свободно и находятся на одном уровне.

1.5. При проведении занятий по шашкам и шахматам должна быть медицинская аптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств по оказанию первой помощи при травмах.

1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации ДЮСШ. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

1.7. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать порядок проведения учебно-тренировочных занятий и правила личной гигиены.

1.8. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Проверить достаточность освещения;

2.2. Проверить соответствие высоты столов, стульев индивидуальным данным занимающихся.

2.3. 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.

2.4. Отсутствие на уровне, не превышающем роста занимающихся, вбитых в стены гвоздей (шурупов).

2.5. Обо всех замеченных нарушениях, неисправностях, повреждениях и поломках немедленно доложить тренеру-преподавателю.

3. Общие требования безопасности во время занятий

3.1. Обучающиеся должны соблюдать правильную посадку: сидеть прямо, не сутулясь, опираясь областью лопаток на спинку стула, с небольшим наклоном головы вперед; предплечья должны опираться на поверхность стола.

3.2. Рекомендуется использовать оздоровительные моменты на занятиях:

- Физкультминутки, динамические паузы;
- Гимнастика для глаз.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении повреждений на столах или других местах проведения занятий прекратить занятия и сообщить тренеру-преподавателю. Занятия продолжить только после устранения неисправности или замены оборудования.

4.2. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

4.3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании работы

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

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

Пронумеровано и прошнуровано
на 3-х листах

Директор ДЮСШ

Р.В. Кравченко Р.В. Кравченко

«25» 04 2019 г.

