

**МБОУ «СОШ №3 с. Серноводское»
Серноводского муниципального района**

СОГЛАСОВАНО:

Председатель ПК:

_____ М. Г. Закаева

« ____ » _____ 2020 г.

Протокол № _____

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы:

_____ А. М. Эльгукаева.

« ____ » _____ 2020 г.

Приказ № _____

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда для учителя физической культуры при проведении спортивных соревнований

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Обучающиеся подготовительной и специальной медицинской групп к спортивным соревнованиям не допускаются.

1.2. Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.

1.3. При проведении спортивных соревнований возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- травмы при проведении спортивных соревнований с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;
- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- травмы во время прыжков в длину или высоту при неподготовленной прыжковой яме;
- травмы при нахождении в зоне броска во время спортивных соревнований по метанию;
- травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре, при падениях во время спуска с горы на лыжах или при прыжках с лыжного трамплина;
- обморожения при проведении спортивных соревнований по лыжам при ветре более 1,5 – 2,0 м/с и при температуре воздуха ниже –20о С;
- травмы и утопления во время проведения спортивных соревнований по плаванию при прыжках в воду головой вниз на мелком месте или нахождении рядом других участников соревнований;
- проведение соревнований без разминки.

1.4. Спортивные соревнования необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующих виду соревнований, сезону и погоде.

1.5. При проведении спортивных соревнований должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.6. О каждом несчастном случае с участниками спортивных соревнований немедленно сообщить руководителю соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение в сопровождении учителя. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования соревнования прекратить и сообщить об этом руководителю соревнований.

1.7. Во время спортивных соревнований участники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.8. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ СОРЕВНОВАНИЙ

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой,

соответствующую сезону и погоде.

2.2. Проверить исправность и надежность установки спортивного инвентаря и оборудования.

2.3. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме – месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.

2.4. В местах соскоков со спортивных снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

2.5. Провести разминку.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ СОРЕВНОВАНИЙ

3.1. Начинать соревнования и заканчивать их только по сигналу (команде) судьи соревнований.

3.2. Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые судьей соревнований.

3.3. Избегать столкновений с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам.

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Перед выполнением упражнений по метанию удалить людей из сектора метания.

3.6. Перед прыжками в воду проверить отсутствие вблизи других участников соревнований.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом судье соревнований. Соревнования продолжать только после устранения неисправности или замене спортивного инвентаря и оборудования.

4.2. При плохом самочувствии прекратить участие в спортивных соревнованиях и сообщить об этом судье соревнований.

4.3. При получении травмы участником соревнований немедленно сообщить об этом судье соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ СОРЕВНОВАНИЙ

5.1. Проверить по списку наличие всех участников соревнований.

5.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

ИНСТРУКЦИЯ

по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися

1. Общие положения

1. Инструкция по организации и проведению туристских походов и экскурсий с учащимися (далее – Инструкция) определяет порядок проведения туристских походов и экскурсий с учащимися на территории России и за ее пределами, которые организуют учреждения образования.
2. Туристский поход (далее – поход) – это прохождение группы учащихся по определенному маршруту активным способом передвижения (пешеходный, лыжный, водный, велосипедный, комбинированный) с познавательными и учебными целями, а также с целью воспитания.
3. Экскурсия – это посещение одного или нескольких достопримечательных мест в учебно-познавательных и воспитательных целях.

2. Обязанности учреждений образования, которые проводят походы, экскурсии

4. Администрация учреждения образования, проводящего поход, экскурсию обязана оказать содействие руководителям групп в их организации и проведении. Финансирование походов и экскурсий осуществляется в соответствии с

нормативными правовыми актами Министерства образования Московской области и других организаций, которые проводят эти мероприятия в соответствии с утвержденными планами.

5. Администрация учреждения образования, проводящего поход, экскурсию, назначает приказом руководителя похода, экскурсии, заместителя руководителя. С согласия руководителя похода, экскурсии может быть назначен вместо заместителя руководителя похода помощник руководителя похода из числа учащихся.
6. Администрация учреждения образования, проводящего поход, экскурсию обязана провести целевой инструктаж с руководителем похода, экскурсии, его заместителем (помощником) в соответствии с [приложением 1](#), обратив особое внимание: на порядок проведения мероприятия исходя из его особенностей и местных условий; на соблюдение мер безопасности при перевозке участников автомобильным и другими видами транспорта; на организацию купания участников похода (если оно планируется) согласно [приложению 2](#). Записи о проведении инструктажа производятся в соответствующих журналах.
7. Администрация учреждения образования, проводящего поход, экскурсию издает приказ об их проведении и выдает руководителю похода, экскурсии маршрутный лист.

3. Требования к руководителям, заместителям (помощникам) руководителей и участникам походов, экскурсий

8. Группы для проведения походов, экскурсий формируются из учащихся, объединенных на добровольных началах общими интересами на основе совместной учебы, занятий в кружках и секциях, трудовой деятельности, места жительства, обладающих необходимым опытом и осуществляющих подготовку запланированного похода, экскурсии.
9. Руководителем похода, экскурсии должен быть педагогический работник учреждения образования, проводящего поход, экскурсию, имеющий опыт участия в многодневных походах (для походов) и опыт участия в экскурсиях (для экскурсий).
10. Заместитель руководителя похода, экскурсии назначается из числа педагогических работников, или родителей участников похода. Помощником руководителя похода, экскурсии может быть учащийся старших классов, имеющий опыт участия в многодневных походах, экскурсиях и пользующийся авторитетом у участников похода, экскурсии.
11. Количество учащихся в экскурсионной группе должно определяться туристско-экскурсионной организацией, проводящей экскурсию, администрацией учреждения образования и руководителем экскурсии.
12. Количество учащихся при проведении походов в группе должно быть не менее шести. Максимальное количество учащихся в группе определяется администрацией учреждения образования с учетом мнения руководителя похода и с целью обеспечения безопасности жизни и здоровья учащихся.
13. Минимальный возраст участников походов и экскурсий – шесть лет.

4. Права и обязанности руководителя и заместителя руководителя похода, экскурсии

14. Руководитель похода, экскурсии и его заместитель несут ответственность за жизнь, здоровье учащихся и безопасное проведение похода, экскурсии, за выполнение плана мероприятий, содержание оздоровительной, воспитательной и познавательной работы, правил пожарной безопасности, охраны природы, памятников истории и культуры.

15. Руководитель похода, экскурсии до начала похода, экскурсии обязан:

- обеспечить комплектование группы с учетом интересов, интеллектуальной, физической и технической подготовленности учащихся;
- допускать к участию в походах, экскурсиях учащихся с письменного согласия родителей;
- оказывать доврачебную помощь, провести инструктаж по безопасному поведению участников похода, экскурсии, организовать всестороннюю подготовку участников похода, экскурсии, проверить наличие необходимых навыков и знаний, обеспечивающих безопасность, умение плавать (если планируется купание);
- организовать подготовку и подбор необходимого снаряжения и продуктов питания, выявить возможность пополнения запасов продуктов на маршруте (для походов); составить смету расходов; подготовить маршрутный лист и приказ на проведение похода, экскурсии;
- ознакомиться с условиями похода, экскурсии, определить все находящиеся на пути медицинские учреждения и отделения связи, изучить сложные участки маршрута и наметить способы их преодоления, при необходимости получить консультацию в экспертно-туристской комиссии, у опытных туристов и краеведов;
- проверить наличие справок о состоянии здоровья (при проведении походов); подготовить аптечку первой помощи с необходимыми медикаментами и перевязочными материалами;
- подготовить картографический материал, разработать маршрут и график похода, экскурсии, план краеведческой, общественно полезной работы и других мероприятий, проводимых группой на маршруте;

в походе, на экскурсии:

- руководствоваться нормативными и правовыми актами, регламентирующими безопасное проведение массовых мероприятий с учащимися;
- строго соблюдать утвержденный маршрут;
- принимать необходимые меры, направленные на обеспечение безопасности участников, вплоть до изменения маршрута или прекращения похода, экскурсии в связи с возникшими опасными природными явлениями и другими обстоятельствами, а также в случае необходимости оказания помощи пострадавшему или заболевшему участнику похода, экскурсии;
- принять срочные меры по доставке травмированных или заболевших участников похода, экскурсии в ближайшее медицинское учреждение;
- организовать в случае необходимости оперативную помощь другой туристской группе, находящейся в данном районе;
- строго руководствоваться требованиями организации купания участников туристского похода ([приложение 2](#));
- делать отметки в маршрутном листе о прохождении маршрута.

5. Обязанности и права участников похода, экскурсии

16. Участник похода, экскурсии обязан:

- активно участвовать в подготовке, проведении похода, экскурсии и составлении отчета;
- строжайше соблюдать дисциплину, а также выполнять возложенные на него поручения;

- своевременно и качественно выполнять указания руководителя и его заместителя (помощника);
- знать и неукоснительно соблюдать правила пожарной безопасности, правила безопасности на воде, обращения с взрывоопасными и легковоспламеняющимися предметами, уметь оказывать первую доврачебную помощь;
- бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры;
- своевременно информировать руководителя и его заместителя (помощника) об ухудшении состояния здоровья или травмировании.

17. Участник похода, экскурсии имеет право с разрешения администрации учреждения образования:

- пользоваться туристским снаряжением и спортивными сооружениями учреждения, проводящего путешествие;
- участвовать в выборе и разработке маршрута.

Приложение 1

Порядок проведения инструктажа по охране труда и соблюдению правил безопасности при проведении походов и экскурсий с учащимися

1. Ознакомить руководителя похода, экскурсии, его заместителя (помощника), участников похода, экскурсий с инструкциями: по охране труда; соблюдении мер безопасности при перевозке детей автомобильным транспортом; по организации купания участников туристского похода. Инструктаж проводится индивидуально с руководителем похода, экскурсии и его заместителем (помощником) перед началом похода.
Обратить внимание руководителя похода, экскурсии на обязательность проведения с участниками в канун мероприятия коллективного занятия- инструктажа по охране работы при организации общественно полезной производственной деятельности и проведения внеклассных мероприятий.
2. Журнал инструктажа ведется по утвержденным формам.
3. Администрация учреждения образования обязана обратить внимание инструктируемого на порядок проведения похода, экскурсии, исходя из особенностей вида туризма, маршрута, местных условий.
4. Руководитель похода, экскурсии, заместитель (помощник) руководителя расписывается за каждое конкретное мероприятие и только за себя.
5. Журнал регистрации инструктажей должен храниться у администрации учреждения образования, которая проводит мероприятие.

Приложение 2

Требования организации купания участников туристского похода

Для купания детей выбирается место с песчаным или галечным дном, очищенным от коряг, острых камней, водорослей. Обследование места купания проводится руководителями групп. Купание проводится под непрерывным контролем руководителя похода или его заместителя, при соблюдении всех мер предосторожности.

Организация купания предусматривает следующее:

- температура воды для купания не ниже 20 С при температуре воздуха не ниже 23 С;

- продолжительность одного купания в первый день 5-7 минут; постепенно увеличивая его до 15-20 минут;
- глубина в месте купания при скорости течения воды не свыше 0,5 м/сек. не должна быть свыше 1,3 м;
- при промере глубины нужно несколько раз пройти выделенный участок по всем направлениям;
- каждое купание проводится с разрешения руководителя и только в его присутствии;
- для соблюдения и своевременного оказания помощи один из руководителей должен находиться на берегу;
- если в группе имеются пловцы-разрядники, следует привлечь их к дежурству, но нельзя им перепоручать руководство купанием;
- одновременно может купаться не более 8 учащихся;
- во время купания не допускать криков, объяснив участникам, что крик есть сигнал о помощи.

КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- купание в сумерки и ночное время;
- купание после приема пищи в течение 1 часа.