

## «БАЛТИЙСКИЙ БЕРЕГ»

УТВЕРЖДАЮ

Генеральный директор

ГБОУ «Балтийский берег»

Н.А. Зубрилова

« 08 » 04 2014г.

СОГЛАСОВАНО

Советом трудового коллектива

Протокол № 8 от

« 11 » 03 2014 г.

### Инструкция

по охране труда и обеспечении образовательного процесса при проведении учебно-тренировочных выездов (для обучающихся СДЮСШОР)

ИОТ-105-2014

### 1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА.

1.1. Проведение тренировок на местности с обучающимися осуществляется на основании программы секции и утвержденного расписания занятий.

1.2. Посещать выездную тренировку могут обучающиеся, допущенные по состоянию здоровья **врачом**, разрядники должны пройти медосмотр в районном или городском физкультурном диспансере.

1.3. На выездную тренировку тренер-преподаватель имеет право брать только обучающихся, подчиняющихся его требованиям и неукоснительно соблюдающих правила техники безопасности.

1.4. Необходимо пройти обязательный инструктаж по технике безопасности, с обязательной росписью в учебных журналах, для обучающихся, достигших 14-летнего возраста.

Он включает в себя следующие темы – правила дорожного движения, правила проезда и поведения на городском и пригородном транспорте, безопасность тренировочных занятия в залах и на местности, безопасность занятий лыжным спортом, безопасность участия в зимних и летних соревнованиях, предупредить обо всех реальных опасностях при занятиях спортивным ориентированием: болота, колючая проволока, собаки, дороги с интенсивным движением, экстремальные погодные условия - дождь, холод, жара, зимой – гололед, опасные спуски, наступление темноты, опасность заблудиться и т. п.

1.5. В случае неблагоприятных погодных условий (проливной дождь, резкое похолодание и др.) тренер-преподаватель может известить об отмене выездной тренировки, особенно с новичками или изменение программы тренировки

1.6. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкций по технике безопасности, привлекаются к ответственности (применяются меры воспитательного воздействия: беседа, информирование родителей), со всеми обучающимися проводится специальный инструктаж по технике безопасности на каждом этапе тренировки.

### 2. НЕОБХОДИМОЕ СНАРЯЖЕНИЕ.

2.1. Обязательно наличие групповой и индивидуальной аптечки (при наличии хронических заболеваний обучающихся).

2.2. Необходимо наличие личного снаряжения обучающихся, заранее согласованного с тренером-преподавателем.

2.3. Обучающиеся должны иметь при себе необходимые документы: деньги, запасные вещи), сотовый телефон и т. д.

### **3. СБОР ГРУППЫ И ПРОЕЗД ДО МЕСТА УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ.**

3.1. Сбор группы обычно осуществляется в условленном, известном родителям месте, лучше всего в одно и то же время. Для новичков, младших школьников (3-5 класс) это условия является обязательным. Сбор опытных, старших (с 6-7 класса) школьников – на вокзале, в условленном месте (иногда приходится разрешать сбор детей на вокзале с письменного согласия родителей)

Сбор за 25-30 мин. до отправления, не позднее.

3.2. Посадка обучающихся осуществляется строго в один вагон, чтобы у тренера-преподавателя была возможность видеть всех. Проезд в тамбуре категорически запрещен. Запрещено открывать окна и высовываться в них! К выходу из транспорта необходимо готовиться заранее.

3.3. В случае перевозки общественного снаряжения обязательно контролировать его наличие.

3.4. Движение от станции к месту тренировки, к центру соревнований, к старту осуществляется всей группой. Обучающимся запрещено самостоятельно добираться на соревнования, тренировки за город.

### **4. ОРГАНИЗАЦИЯ ТРЕНИРОВОК НА МЕСТНОСТИ С УЧАЩИМИСЯ.**

4.1. Дистанции и тренировочные задания по ориентированию планируются и подбираются в зависимости от технической и физической подготовки учащихся. Как правило, группа разбивается на подгруппы (например, класс А, класс В, класс С, приблизительно соответствующие разрядам по ориентированию).

4.2. На соревнованиях обучающиеся заявляются тренером-преподавателем соответственно их возрасту и подготовленности.

4.3. Перед стартом у обучающихся проверяют знание границ и ограничения района, контрольного времени, контрольного азимута, проводят дополнительных инструктаж по ТБ.

4.4. Обязательно проверить наличие и исправность личного снаряжения обучающихся - компаса, пакета для карты, карточки, номера, их крепления.

### **5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.**

5.1. При обнаружении поломки или порчи снаряжения и невозможности обучающийся сообщает об этом тренеру-преподавателю.

5.2. В случае получения травмы, появления боли у обучающегося или ухудшении самочувствия немедленно сообщать об этом тренеру – преподавателю.

5.3. При дезориентации на незнакомой местности не паниковать, находиться в одной точке.

### **6. ЗАВЕРШЕНИЕ ТРЕНИРОВКИ И ОТЪЕЗД.**

5.1. Запрещено уезжать с места тренировки без тренера - преподавателя!

5.2. В случае задержки времени при возвращении домой рекомендован контрольный звонок родителям с вокзала.

5.3. В целях безопасности обучающиеся доставляются тренером-преподавателем до места первоначального сбора.

Директор СДЮСШОР

Гуреев М.В.

СОГЛАСОВАНО:

Специалист по охране труда

Теребенцева Е.В.