

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 6  
г. ВОЛГОДОНСКА

СОГЛАСОВАНО

Председатель профсоюзного  
комитета

Ларионова Е.В. Ларионова  
« 01 » июня 2015 г

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУДО ДЮСШ №6



Луныкина Е.И. Луныкина  
« 01 » июня 2015 г

ИНСТРУКЦИЯ № 63  
ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ  
ПРИ ПРОВЕДЕНИИ  
УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

Срок действия установлен:  
с 01.06.2015г.

по 01.06.2020г.

Срок действия продлен:

с \_\_\_\_\_

по \_\_\_\_\_

Волгодонск  
2015

## ИНСТРУКЦИЯ № 63

### По технике безопасности при проведении учебно-тренировочного процесса

#### 1. До начала учебно-тренировочного занятия проверить состояние спортивного инвентаря:

- 1.1 Маты должны не иметь повреждений покрышки.
- 1.2 Место для тренировки должно быть ровным и с мягким покрытием.
- 1.3 Проверить прочность страховочных поясов.
- 1.4 Проверить состояние резиновой лонжи.
- 1.5 Наличие спортивной формы у занимающихся и тренеров обязательно.

#### 2. Во время проведения занятий следить:

- 2.1. За дисциплиной на тренировке.
- 2.2. Работа на батуте запрещена без обеспечения страховки (акробатика)
- 2.3. Спарринги должны проводиться в защитных шлемах, бандаже и при наличии капы.
- 2.4. Соскоки с пирамид выполнять только при наличии поролоновых матов.
- 2.5. Упражнения на акробатической дорожке выполнять только в одном направлении.
- 2.6. Следить за достаточным освещением.
- 2.7. Запрещается проводить тренировки без разминки.
- 2.8. Не допускать к занятиям спортсмена, не прошедшего медицинский контроль.
- 2.9. Не выполнять сложные трюки без соответствующей технической подготовки.

#### 3. После проведенных занятий:

- 3.1 По окончании тренировки убрать спортивный инвентарь на отведенное место.
- 3.2 Организовано проводить детей в раздевалку
- 3.3 Проконтролировать дисциплину в раздевалке и уход спортсменов из школы.

#### 4. Действие ответственных лиц в чрезвычайных ситуациях.

- 4.1 При травме оказать первую медицинскую помощь, при необходимости вызвать скорую помощь. Сообщить администрации, написать объяснительную записку.

Разработал:  
Тренер-преподаватель

*Об-1*

*Березуцкая О.Р.*

Согласовано:  
Ответственная за организацию  
работ по охране труда

*Луныкина Е.И.*

Луныкина Е.И.

