

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ХАБАРОВСКОГО КРАЯ
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ХАБАРОВСКИЙ КОЛЛЕДЖ ОТРАСЛЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И СФЕРЫ
ОБСЛУЖИВАНИЯ
КГБ ПОУ ХКОТСО**

УТВЕРЖДЕНО
Директор КГБ ПОУ ХКОТСО
 И.В. Банкрашкова
« 09 » 12 2024 г.



ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при проведении занятий по настольному теннису
ИОТ № дд - дддд

Введено в действие Приказом от « 09 » 12 2024 г. № 01-05/354
Дата введения: « 09 » 12 2024 г.
Срок действия до: « 03 » 12 2029 г.

г. Хабаровск
2024 г.

1. Общие положения

1.1. Настоящая инструкция по охране труда разработана в соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Федеральным законом № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» в редакции от 8.12.2020, и иными нормативно-правовыми актами.

1.2. Для занятий по игре в настольный теннис допускают обучающихся, прошедших медосмотр и инструктаж по охране труда.

1.3. Во время занятий по настольному теннису необходимо соблюдать расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.4. Во время занятий по игре в настольный теннис может наблюдаться действие на обучающихся опасных и вредных факторов:

1.4.1. травмирование в случае столкновений со столом;

1.4.2. растяжение или разрыв сухожилий в области голеностопа;

1.4.3. вывихи суставов рук и ног из-за ненадлежащей разминки;

1.4.4. нарушение правил ведения игры, во время падений на мокром, скользком полу или площадке;

1.4.5. пребывание в зоне удара;

1.4.6. расположение посторонних предметов рядом со столом;

1.4.7. поврежденные ракетки;

1.4.8. ведение игры на плохо закреплённом столе.

1.5. Во время занятий преподаватель и обучающие обязаны строго соблюдать правила ведения спортивной игры и личной гигиены.

1.6. Занятия по настольному теннису следует проводить в спортивной одежде и обуви с нескользящей подошвой.

1.7. Преподавателю и обучающимся следует соблюдать правила противопожарной безопасности, знать, где расположены первичные средства пожаротушения.

1.8. У преподавателя должна быть медицинская аптечка, укомплектованная всеми необходимыми медикаментами и перевязочными материалами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.9. Занятия необходимо проводить на сухой площадке или сухом полу.

1.10. Весь используемый спортивный инвентарь должен храниться в соответствующих шкафах. При этом запрещается размещать на полке груз, общая масса которого превышает установленную для данной полки грузоподъемность.

1.11. При занятиях разрешается использовать только прошедшие освидетельствование (испытание) и принятые в эксплуатацию с оформлением соответствующих актов оборудование.

1.12. После перенесённых травмы или заболевания обучающиеся допускаются к занятиям только с разрешения врача.

1.13. О каждом несчастном случае с обучающимся и преподавателю следует незамедлительно докладывать администрации колледжа.

1.14. Лица, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности

в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка общеобразовательной организации и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Перед тем, как начать занятия по теннису спортзал следует хорошо проветрить.

2.2. Надеть спортивную форму и обувь с нескользящей подошвой.

2.3. Обучающиеся обязаны:

2.3.1. разговаривать спокойным голосом;

2.3.2. аккуратно сложить вещи в шкафчик, обувь поставить на нижнюю полку шкафчика;

2.3.3. соблюдать дисциплину, строго выполнять правила поведения в раздевалке;

2.3.4. выполнять все требования преподавателя, самовольно не предпринимать никаких действий.

2.4. Обучающимся запрещается:

2.4.1. нарушать правила охраны труда в раздевалке;

2.4.2. бегать, хлопать дверью, толкать друг друга;

2.4.3. бросать различные предметы друг в друга, ломать дверцы шкафов и другую мебель, двигать без разрешения преподавателя скамейки, сидеть на нижней полке шкафчика.

2.5. Провести тщательную проверку на отсутствие посторонних предметов рядом со столом на полу или спортплощадке.

2.6. Провести осмотр надежной установки теннисного стола, исправности ракеток и шарика, натяжения сетки.

2.7. Внимательно прослушать инструктаж по технике безопасности и безопасным приемам игры в настольный теннис.

2.8. Выполнить физкультурную разминку.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Во время занятий рядом с игровыми столами не должны находиться посторонние лица.

3.2. Начинать игру, делать перерывы и завершать игру только по команде (сигналу) тренера.

3.3. Очень строго соблюдать игровую дисциплину, выполнять все правила ведения игры в теннис.

3.4. При прыжках, столкновениях и падениях использовать приёмы самостоятельной страховки.

3.5. Не играть мокрыми или влажными руками.

3.6. Следует избегать столкновений со столом и игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.

3.7. Четко и понятно подавать необходимые команды (сигналы).

3.8. Соблюдать рабочую тишину в зале, не отвлекаться на посторонние разговоры с партнёром.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. В процессе работы предупреждать возникновение аварийных ситуаций:

4.1.1. не курить в спортивных помещениях, раздевалках, тренажёрной комнате;

4.1.2. не приносить отравляющие вещества и не распылять их в раздевалках, спортивных помещениях, на территории колледжа;

4.1.3. не приносить взрывоопасные вещества;

4.1.4. не уходить самовольно с занятия;

4.1.5. не оставаться в раздевалках на время занятия;

4.1.6. в случае неисправностей спортивного оборудования и инвентаря, следует прервать занятия и доложить об этом преподавателю. Занятия по настольному теннису продолжать только после устранения всех неисправностей или замены спортивного оборудования и инвентаря.

4.2. В случае травмирования не производить никаких движений, громко оповестить о случившемся преподавателя.

4.3. При появлении во время занятий боли в руках, покраснения кожи или потертостей на ладонях, а также при плохом самочувствии, прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю.

4.4. В случае возникновения аварийной ситуации следует немедленно сообщить преподавателю. Чётко выполнять указания преподавателя, не паниковать, не суетиться; никуда не идти от руководителя, быть рядом.

4.5. В случае обнаружения оборванных проводов, не заизолированной проводки, искрения проводки, следует немедленно сообщить преподавателю.

4.6. Если непредвиденная ситуация выходит из-под контроля взрослых, следует срочно связаться со службами экстренной помощи или родными по телефону.

Помните номера телефонов:

101 – пожарная охрана;

102 – полиция;

103 – скорая медицинская помощь;

104 – газовая служба.

4.7. Позвонив специалистам экстренной помощи, нужно сообщить адрес учреждения, в котором происходит мероприятие, кратко описать ситуацию, назвать свою фамилию и номер телефона.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Убрать спортивный инвентарь в места, предназначенные для его хранения.

5.2. Снять спортивную форму и обувь.

5.3. При возможности принять душ или хорошо помыть лицо и руки с мылом.

5.4. Преподавателю следует хорошо проветрить спортзал.

5.5. В помещении для проведения занятий должна ежедневно производиться влажная уборка.

5.6. Обучающимся о любых недостатках, замеченных во время занятия по игре, доложить преподавателю физкультуры (тренеру) общеобразовательной организации.

Разработал:
Специалист в области охраны труда



Цвень А.Г.