

Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа»
с. Александров-Гай Александрово-Гайского муниципального района
Саратовской области

«СОГЛАСОВАНО»
Председатель первичной
организации Профсоюза
 Черемный С.Я.
«01» марта 2022 г.



ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении занятий по боксу

ИОТ- № 1 -2022

1. Общие требования безопасности.
2. Требования безопасности перед началом занятий.
3. Требования безопасности во время занятий.
4. Оценка профессиональных рисков на рабочем месте
5. Требования безопасности в аварийных ситуациях.
6. Требования безопасности по окончании занятий.

с. Александров-Гай

Настоящая инструкция разработана на основе требований законодательных и иных нормативных правовых актов, содержащих государственные требования охраны труда и предназначена для бокса.

1. Общие требования безопасности:

1.1. К занятиям по боксу, допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. Опасные факторы:

- травмы при падении на скользком полу;
- выполнение упражнений без разминки;
- травмы при грубом бое и невыполнение требований судьи.

1.3. При занятиях боксом, должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.4. После окончания занятий боксом, принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

2. Требования безопасности перед началом занятий:

2.1. Занятия по боксу, проводятся в спортивном зале, имеющих размеры, отвечающие требованиям правил боя в боксе.

2.2. Тренер-преподаватель до начала занятий, тренировки проверяет состояние, готовность зала и наличие необходимого инвентаря. Проверяет прочность подвесных груш, снарядов, ринга отсутствие посторонних предметов на поле.

2.3. Инструктирует обучающихся по технике безопасности, правилам боя.

2.4. При занятии, тренировки в зале проверяет полы (на полах после влажной уборки тренировка запрещается). Проверяет прочность груш, ринга, отсутствие посторонних предметов в зале.

2.5. Проводить занятия по боксу разрешается в зале с ровным покрытием.

2.6. Опоздавшие к началу занятия не допускаются к ней.

3. Требования безопасности во время занятий:

3.1. На занятиях необходимо строго соблюдать дисциплину, выполнять требования тренера-преподавателя.

3.2. Все обучающиеся обязаны быть в спортивной форме (спортивный костюм, майка, трусы) и однотипной спортивной обуви.

3.3. Тренировочные занятия должны проходить в соответствии с правилами данного вида.

3.4. Занятия должны проходить под руководством тренера-преподавателя (не допускать занятия без тренера-преподавателя).

3.5. Во время занятий в зале не должно быть посторонних лиц и предметов, которые могут стать причиной травм.

3.6. Во время проведения тренировок обучающиеся должны соблюдать спортивную дисциплину и порядок выполнения полученных заданий, соблюдать спортивную дисциплину, не применять грубых и опасных приемов, вести бой согласно правилам соревнований.

3.7. При выполнении ударов, при случайных столкновениях и падениях боксер должен уметь применять самостраховку.

4. Оценка профессиональных рисков на рабочем месте:

Должность, профессия	Идентификация опасности, код	Величина риска	Мероприятия по воздействию на риск
Тренер – преподаватель	Опасность падения из-за потери равновесия, в том числе при спотыкании, подскользывании, при передвижении по скользким поверхностям, мокрым полам.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
	Опасность поражения током вследствие контакта с токоведущими частями, которые находятся под напряжением из-за неисправного состояния	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
	Опасность поражения при прямом попадании молнии	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
	Опасность косвенного поражения молнией.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
	Опасность теплового удара при длительном нахождении на открытом воздухе при прямом воздействии лучей солнца на незащищенную поверхность головы.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
	Опасность воздействия пониженных температур воздуха.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
	Опасность воздействия повышенных температур воздуха.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.

Опасность психических нагрузок, стрессов.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
Опасность перенапряжения зрительного анализатора.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
Опасность недостаточной освещенности в рабочей зоне.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
Опасность укуса	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
Опасности, связанные с не проведением медицинских осмотров и обязательных психиатрических освидетельствований.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
Опасность, связанная с отсутствием на рабочем месте аптечки первой помощи, инструкции по оказанию первой помощи пострадавшему.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
Опасность, связанная с отсутствием информации (схемы, знаков, разметки) о направлении эвакуации в случае возникновения аварии	Умеренный	Организация размещения информации (схем, знаков, разметки) с направлением для эвакуации
Опасность, связанная с допуском работников, не прошедших подготовку по охране труда.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
Опасность от вдыхания дыма, паров вредных газов и пыли при пожаре	Умеренный	Проведение инструктажей по пожарной безопасности, ГО и ЧС, противопожарных тренировок. Соблюдение требований пожарной безопасности.
Опасность воспламенения.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
Опасность воздействия открытого пламени.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
Опасность насилия от третьих лиц.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.

Опасность ЧС техногенного характера.	Умеренный	Соблюдение мер безопасности при ЧС техногенного характера, инструктирование и обучение по ГО и ЧС
Опасность от электромагнитных излучений.	Малый	Специальных мероприятий не требуется. За риском необходимо наблюдать.
Опасность неоптимального барометрического давления.	Умеренный	Правильное питание, соблюдение режима труда и отдыха.
Опасность, связанная с поломкой снаряда и оборудования.	Умеренный	Периодическое освидетельствование снарядов и оборудования, проведение регламентных работ
Опасность заражения вирусной инфекцией при следовании на работу и с работы	Средний	Соблюдение санитарных правил при профилактике вирусных заболеваний, социальное дистанцирование, использование СИЗ
Опасность заражения вирусной инфекцией при контакте с зараженными людьми.	Умеренный	Соблюдение санитарных правил при профилактике вирусных заболеваний, социальное дистанцирование, использование СИЗ

5. Требования безопасности в аварийных ситуациях:

- 5.1. При плохом самочувствии прекратить тренировку и сообщить об этом тренеру-преподавателю.
- 5.2. При возникновении пожара в зале бокса немедленно прекратить тренировку, эвакуировать обучающихся из зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.
- 5.3. При получении обучающимся травмы немедленно оказать помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, а также родителям пострадавшего, при необходимости отправить в ближайшее лечебное учреждение.

6. Требования безопасности по окончании занятий:

- 6.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- 6.2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
- 6.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

С инструкцией ознакомлен: _____ / _____ /

_____ / _____ /

_____ / _____ /

_____ / _____ /

_____ / _____ /

_____ / _____ /