

Оглавление

1. Инструкция № 1 по технике безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по командным игровым видам спорта в МАУ ДО СШ «Родина» станицы Бесскорбной (первичный, повторный)
2. Инструкция № 2 по технике безопасности для обучающихся в МАУ ДО СШ «Родина» станицы Бесскорбной при проведении учебно-тренировочных занятий в тренажерном зале (первичный, повторный)
3. Инструкция № 3 по технике безопасности для обучающихся МАУ ДО СШ «Родина» станицы Бесскорбной при занятиях на стадионе или спортивной площадке на открытом воздухе. (целевой)
4. Инструкция № 4 по технике безопасности для обучающихся в МАУ ДО СШ «Родина» станицы Бесскорбной во время поездки в автобусах. (первичный, повторный)
5. Инструкция № 5 по технике безопасности для обучающихся в МАУ ДО СШ «Родина» станицы Бесскорбной при пользовании железнодорожным транспортом. (первичный, повторный)
6. Инструкция № 6 по технике безопасности для обучающихся в МАУ ДО СШ «Родина» станицы Бесскорбной при проведении спортивных соревнований. (первичный, повторный)
7. Инструкция № 7 по технике безопасности для обучающихся в МАУ ДО СШ «Родина» станицы Бесскорбной на занятиях по борьбе (ДЗЮДО, САМБО) (первичный, повторный)
8. Инструкция № 8 по антитеррористической безопасности для обучающихся МАУ ДО СШ «Родина» станицы Бесскорбной (первичный, повторный)
9. Инструкция № 9 по пожарной безопасности для обучающихся в МАУ ДО СШ «Родина» станицы Бесскорбной (первичный, повторный)
10. Инструкция № 10 по правилам дорожного движения для обучающихся МАУ ДО СШ «Родина» станицы Бесскорбной (первичный, повторный)
11. ИНСТРУКЦИЯ № 11 по правилам безопасного поведения на водоемах в летний, осенне-зимний и весенний период. (целевой)
12. ИНСТРУКЦИЯ № 12 по технике безопасности для обучающихся в МАУ ДО СШ «Родина» станицы Бесскорбной при проведении прогулок, туристских походов, экскурсий, экспедиций. (целевой)
13. ИНСТРУКЦИЯ № 13 Вводный инструктаж по мерам безопасности для обучающихся МАУ ДО СШ «Родина» станицы Бесскорбной (вводный)
14. ИНСТРУКЦИЯ № 14 по правилам поведения в местах массового скопления людей. (целевой)

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станции Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район.



Утверждаю:
Директор МАУ ДО СШ
«Родина» станции Бесскорбной
М.Х. Тамазов

ИНСТРУКЦИЯ № 1

по технике безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по командным игровым видам спорта в МАУ ДО СШ «Родина» станции Бесскорбной.

1. Общие требования безопасности.

Для занятий игровыми видами спорта спортплощадка и оборудование должны соответствовать мерам безопасности.

К занятиям допускаются учащиеся:

- не имеющие ограничений к занятиям спортом по состоянию здоровья;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

Обучающийся должен:

- иметь коротко остриженные ногти;
- заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения тренера;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- знать и соблюдать простейшие правила игры;
- знать и выполнять настоящую инструкцию.

За несоблюдение мер безопасности учащийся может быть не допущен или отстранён от участия в тренировочном процессе.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

Обучающийся должен:

- переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, серёжки и т.д.);
- убрать из карманов спортивной формы режущие, колющие и другие посторонние предметы;
- под руководством тренера подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;
- под наблюдением тренера положить мячи на стеллажи или в любое другое место, чтобы они не раскатывались по залу и их легко можно было взять для выполнения упражнений;
- убрать в безопасное место инвентарь и оборудование, которые не будут использоваться на уроке;
- по команде тренера встать в строй для общего построения.

3. Требования безопасности во время занятий.

При выполнении упражнений в движении обучающийся должен:

- избегать столкновений с другими учащимися, «перемещаясь спиной» смотреть

через плечо;

- исключать резкое изменение своего движения, если этого не требуют условия игры;
- соблюдать интервал и дистанцию;
- быть внимательным при перемещении по залу во время выполнения упражнений другими обучающимися;
- по окончании выполнения упражнений потоком вернуться на своё место для повторного выполнения задания с правой или левой стороны зала.

4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

Обучающийся должен:

- при получении травмы или ухудшения самочувствия прекратить занятия и поставить в известность тренера;
- с помощью тренера оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;
- при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством тренера покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;
- по распоряжению тренера поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

V. Требования безопасности по окончании занятий.

Обучающийся должен:

- под руководством тренера убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения занятия;
- переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;
- вымыть с мылом руки

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станции Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район.



Инструкция № 2
по технике безопасности для обучающихся
в МАУ ДО СШ «Родина» станции Бесскорбной
при проведении учебно-тренировочных занятий в тренажерном зале.

1. Общие требования безопасности.

Тренажерный зал должен быть оснащен огнетушителем и медицинской аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными материалами, для оказания первой помощи при травмах.

К занятиям допускаются обучающиеся:

- не имеющие ограничений по состоянию здоровья;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

Обучающийся должен:

- заходить в зал, брать спортивный инвентарь и т. д. только с разрешения тренера;
- бережно относиться к спортивному оборудованию. Не использовать его не по назначению;
- знать и выполнять настоящую инструкцию.

За несоблюдение мер безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранен от участия в тренировочном процессе, а также привлекаться к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего распорядка и при необходимости подвергнуться проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

Обучающийся должен:

- переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, висячие сережки и так далее);
- убрать из карманов спортивной формы режущие, колющие и другие посторонние предметы;
- под руководством тренера проверить исправность, надежность установки и крепления тренажеров;
- по команде тренера зайти в зал.

3. Требования безопасности во время занятий.

Занятия проводятся на просушенной площадке и под руководством тренера.

Обучающийся должен:

- внимательно слушать объяснение упражнения и аккуратно выполнять задания;
- соблюдать режим работы и отдыха;
- выполнять упражнения на исправных тренажерах;
- соблюдать правила использования тренажеров, учитывая их конструктивные особенности;
- не покидать место проведения занятия без разрешения тренера.

4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

Обучающийся должен :

- при возникновении неисправности в работе тренажера или его поломке прекратить занятие, сообщить об этом тренеру;
- занятие на тренажерах продолжать после устранения неисправности;
- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятие и поставить в известность тренера;
- с помощью тренера оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;
- при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятия, организованно под руководством тренера покинуть место проведения занятия согласно плану эвакуации;
- по распоряжению тренера поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

5. Требования безопасности по окончании занятий.

Обучающийся должен :

- под руководством тренера убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения занятия, переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;
- вымыть с мылом руки.

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станции Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район



Утверждаю:

Директор МАУ ДО СШ

«Родина» станции Бесскорбной
М.Х. Тамазов

ИНСТРУКЦИЯ № 3

по технике безопасности обучающихся МАУ ДО СШ «Родина» станции Бесскорбной при занятиях на стадионе или спортивной площадке на открытом воздухе.

1. Общие требования безопасности

Состояние спортивной площадки должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям. Нестандартное оборудование должно быть надежно закреплено и находиться в исправном состоянии.

К занятиям допускаются учащиеся:

- отнесенные по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий. Обувь должна быть на подошве, исключающей скольжение, плотно облегал ногу и не затруднять кровообращение. При сильном ветре, пониженной температуре и повышенной влажности одежда должна соответствовать погодным условиям.

Учащийся должен:

- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- быть внимательным при перемещениях по стадиону;
- знать и выполнять настоящую инструкцию;

За несоблюдение мер безопасности учащийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебном процессе.

2. Требования безопасности перед началом занятий

Учащийся должен:

- переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, висюльки, сережки и т. д.);
- убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы;
- организованно выйти с учителем через центральный выход здания или запасный выход спортзала на место проведения занятий;
- под руководством учителя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;
- убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии;
- под руководством учителя инвентарь, необходимый для проведения занятий, переносить к месту занятий в специальных приспособлениях;
- по распоряжению учителя убрать посторонние предметы с беговой дорожки, ямы для прыжков и т. д.;
- по команде учителя встать в строй для общего построения.

3. Требования безопасности во время проведения занятий

Занятия проводятся на ровном, нескользком грунте под руководством учителя физкультуры.

Учащийся должен:

- внимательно слушать объяснения упражнений и правильно их выполнять;

- брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения учителя;
- выполнять упражнения только на исправном оборудовании;
- при выполнении упражнений потоком соблюдать достаточные интервал и дистанцию;
- быть внимательным при перемещениях по спортивной площадке: не мешать другим, не ставить подножек, избегать столкновений;
- не покидать территорию спортивной площадки без разрешения.

4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях

Учащийся должен:

- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность учителя физкультуры;
- с помощью учителя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;
- при возникновении пожара немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством учителя покинуть место проведения занятия;
- по распоряжению учителя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

5. Требования безопасности по окончании занятий

Учащийся должен:

- под руководством учителя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения занятия;
- переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;
- вымыть с мылом руки.

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станции Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район.



ИНСТРУКЦИЯ № 4

**по технике безопасности для обучающихся в МАУ ДО СШ «Родина» станции
Бесскорбной во время поездки в автобусах.**

1. Общие требования

- 1.1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех обучающихся, пользующихся автобусными перевозками.
- 1.2. К поездкам допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности и включенные в утвержденные директором списки.
- 1.3. Обучающиеся обязаны неукоснительно выполнять требования сопровождающих лиц и водителя по соблюдению порядка и правил проезда в школьном автобусе.
- 1.4. Обучающиеся обязаны бережно относиться к школьному автобусу, не сорить в нем, не портить сидения и иное оборудование, не делать надписей.

2. Требования безопасности перед началом поездки и во время посадки

- 2.1. Обучающиеся обязаны знать и соблюдать расписание движения автобуса, находиться на установленной остановке школьного автобуса в указанное в графике время.
- 2.2. Ожидать подхода автобуса следует в определенном месте сбора, не выходя на проезжую часть дороги. До отъезда из школы обучающиеся обязаны находиться в здании школы, при хорошей погоде – на территории школьного двора.
- 2.2. Перед началом поездки обучающиеся обязаны:
 - в установленном порядке пройти инструктаж по технике безопасности при поездках;
 - спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, собраться у места посадки;
 - по распоряжению сопровождающего лица пройти проверку наличия участников поездки;
 - не выходить навстречу приближающемуся автобусу;
 - после полной остановки автобуса по команде сопровождающего спокойно, не торопясь и не толкаясь, войти в салон, занять место для сидения.

3. Требования безопасности во время поездки

- 3.1. Во время поездки школьники обязаны соблюдать дисциплину и порядок. О всех недостатках, отмеченных во время поездки, они должны сообщать сопровождающему.
- 3.2. Число пассажиров должно соответствовать числу посадочных мест. При движении автобуса все обязаны находиться на посадочных местах. Стоять и ходить в автобусе строго запрещено.
- 3.3. Обучающимся ЗАПРЕЩАЕТСЯ:
 - шуметь; отвлекать водителя разговорами, криком или иным способом;
 - загромождать проходы сумками, портфелями и другими вещами;
 - вставать со своего места, переходить с одного места на другое;
 - садиться на сидения больше положенной нормы человек;
 - пользоваться сигнальной кнопкой без необходимости;
 - создавать ложную панику;
 - проносить в автобус напитки в открытых емкостях;
 - есть и пить во время движения автобуса;

- открывать окна и вентиляционные люки; высовываться в открытые окна, выставлять в окно руки или какие-либо предметы, выбрасывать что-либо из автобуса.

3.3. Не рекомендуется во время движения автобуса читать.

4. Требования безопасности в аварийных или иных опасных ситуациях

4.1. Обучающиеся обязаны знать:

- расположение в автобусе аварийных выходов;
- местонахождение и правила пользования кнопкой сигнала водителю;
- правила поведения во время возгорания автобуса;
- правила поведения при захвате автобуса террористами.

4.2. Во избежание травм при резком торможении автобуса пассажирам следует упираться ногами в пол кузова и руками держаться за поручень или спинку впереди расположенного сидения.

4.5. При плохом самочувствии, внезапном заболевании или в случае травматизма обучающийся обязан сообщить об этом сопровождающему лицу.

4.2. При возникновении аварийных или чрезвычайных ситуаций во время перевозок (ДТП, технической неисправности, пожара и т.п.) после остановки автобуса обучающиеся должны под руководством сопровождающего лица быстро и без паники покинуть автобус и удалиться на безопасное расстояние, не выходя при этом на проезжую часть дороги.

4.3. В случае захвата автобуса террористами обучающимся необходимо соблюдать спокойствие, без паники выполнять все указания сопровождающих лиц и требования террористов.

5. Требования безопасности по окончании поездки

5.1. Выходить из автобуса следует только с разрешения сопровождающего лица в сторону тротуара или обочины дороги. Запрещается выходить на проезжую часть и перебегать дорогу.

5.2. По окончании поездки обучающиеся обязаны:

- после полной остановки автобуса и с разрешения сопровождающего лица спокойно, не торопясь выйти из транспортного средства. При этом первыми выходят школьники, занимающие места у выхода из салона;

- при необходимости по распоряжению сопровождающего пройти проверку наличия участников поездки.

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станции Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район.**



Утверждаю:
Директор МАУ ДО СШ
«Родина» станции Бесскорбной
М.Х. Тамазов

**Инструкция №5
по технике безопасности для обучающихся
в МАУ ДО СШ «Родина» станции Бесскорбной
при пользовании железнодорожным транспортом.**

1. Общие требования безопасности

1.1. Настоящая инструкция разработана в соответствии с Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; с учетом Приказа Минтранспорта РФ от 19 декабря 2013 года № 473 «Об утверждении Правил перевозок пассажиров, багажа, грузобагажа железнодорожным транспортом» с изменениями на 13 апреля 2020 года, в соответствии со статьями раздела X «Охрана труда» Трудового кодекса Российской Федерации.

1.2. Данная инструкция устанавливает меры безопасности и требования охраны труда для ответственного и сопровождающих лиц перед началом, во время и по окончании организованной перевозки группы детей (обучающихся, воспитанников) железнодорожным транспортом, требования безопасности в опасных и аварийных ситуациях.

1.3. К сопровождению организованных групп детей в железнодорожном транспорте, допускаются лица, назначенные руководителем образовательной организации.

1.4. Педагогический работник, включенный в приказ руководителя образовательной организации в качестве ответственного за организованную перевозку группы детей, сопровождающий должны изучить настоящую инструкцию, пройти целевой инструктаж по правилам сопровождения детей с записью в журнале регистрации инструктажей по охране труда, обучение приемам оказания первой помощи пострадавшим, быть ознакомлены о спасательных мерах при авариях.

1.5. В процессе организованной перевозки группы детей железнодорожным транспортом возможно воздействие на ответственных и сопровождающих опасных факторов:

- ухудшение общего состояния организма вследствие переутомления, связанного с продолжительностью поездки, укачивания;
- травмирование вследствие резкого торможения железнодорожного транспорта, транспортных происшествий на железнодорожном транспорте;
- травмирование при падении на пути;
- наезд проходящего железнодорожного транспорта при выходе на пути;
- высокий уровень шума и вибрации;
- нарушение микроклимата в вагоне и отдельном купе;
- термические ожоги при неаккуратном обращении с кипятком, чаем;
- высокая плотность эпидемиологических контактов.

1.6. Сопровождающие и ответственные лица в целях обеспечения безопасной перевозки группы детей железнодорожным транспортом обязаны:

- соблюдать и контролировать соблюдение требований безопасности при организованной перевозке групп детей железнодорожным транспортом;
- знать требования безопасности при передвижении в вагоне железнодорожного транспорта;

- иметь четкое представление об опасных факторах, связанных с передвижением в железнодорожном транспорте;
- иметь четкое представление об опасных факторах, связанных с объектами железнодорожного транспорта;
- заботиться о личной безопасности и личном здоровье, а также о безопасности детей во время поездки;
- знать порядок действий при возникновении транспортного происшествия, задымления или возгорания в вагоне железнодорожного транспорта;
- уметь оказывать первую помощь пострадавшему;
- соблюдать правила личной гигиены.

1.7. Запрещается осуществлять сопровождение детей при поездке на железнодорожном транспорте, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных, токсических или других одурманивающих веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные, токсические или другие одурманивающие вещества во время сопровождения детей.

1.8. Ответственный за организованную перевозку группы детей и сопровождающий, допустившие нарушение или невыполнение требований настоящей инструкции по безопасности при перевозке детей железнодорожным транспортом, могут быть привлечены к дисциплинарной ответственности и прохождению внеочередной проверки знаний требований охраны труда, а в зависимости от последствий - и к уголовной; если нарушение повлекло материальный ущерб - к материальной ответственности в установленном порядке.

2. Меры безопасности перед началом организованной перевозки детей

2.1. Поездка планируется заранее и согласовывается администрацией образовательной организации.

2.2. Заранее до осуществления организованной перевозки группы детей, педагогический работник, планирующий поездку детей железнодорожным транспортом, подает руководителю образовательной организации список обучающихся (воспитанников), согласованный медицинским работником, список сопровождающих работников (ФИО), родителей, маршрут, дату и время выезда, приблизительное время возвращения, кратко обосновывает цель поездки.

2.3. Руководитель образовательной организации назначает:

- сопровождающих организованных групп детей взрослыми из расчета 1 сопровождающий на количество детей до 12 человек в период следования к месту назначения и обратно;
- из сопровождающих лиц в вагоне одного ответственного за организованную перевозку групп детей.

2.4. При нахождении в пути следования более 12 часов организованной группы детей в количестве свыше 30 человек образовательной организацией обеспечивается сопровождение группы детей медицинским работником.

2.5. У каждого ребенка, входящего в состав организованной группы детей, должна быть медицинская справка об отсутствии контакта с инфекционными больными, оформленная в период формирования группы не более чем за 3 рабочих дня до начала поездки.

2.6. Заявку на резервирование мест для перевозки организованной группы детей железнодорожным транспортом необходимо направить не менее чем от 45 суток до 10 суток до даты отправления поезда. В заявке указываются: наименование организации, количество мест, номер поезда, тип или класс вагона, дата выезда, станция отправления и станция назначения. К заявке прикладывается список организованной группы пассажиров с указанием персональных данных и реквизитов документов, удостоверяющих их личности, указываются руководитель группы (ответственный) и взрослые сопровождающие ее лица из расчета не более одного взрослого сопровождающего лица на 10 детей и (или) школьников, если иное не предусмотрено законодательством Российской Федерации.

2.6. Не менее чем за 3 рабочих дня до отправления группы детей железнодорожным транспортом информацию об организации поездки направить в территориальные органы Роспотребнадзора по месту отправления с указанием следующих сведений:

- наименование и адрес образовательной организации;
- дата выезда, станция отправления и назначения, номер поезда и вагона, его вид;
- количество детей и сопровождающих;
- наличие медицинского сопровождения;
- наименование и адрес конечного пункта назначения;
- планируемый тип питания в пути следования.

2.7. Перед началом поездки ответственный за организованную перевозку детей должен провести с детьми инструктаж согласно инструкции по правилам безопасности в железнодорожном транспорте с записью в журнале регистрации инструктажей обучающихся (воспитанников).

2.8. К началу поездки лицо, ответственное за организованную перевозку группы детей должно иметь следующую документацию:

- приказ о поездке с назначением ответственного лица за организованную перевозку группы детей, сопровождающих, медицинского работника;
- утвержденный список детей, с указанием ФИО, возраста или даты рождения каждого ребенка, а также номеров контактных телефонов их родителей (законных представителей).

2.9. В случае неявки ребенка, включенного в список, сведения о нем необходимо вычеркнуть из списка, после чего заверить список, содержащий корректировки, подписью ответственного за организованную перевозку группы детей.

2.10. Убедиться в наличии аптечки первой помощи и средств мобильной связи, в достаточной зарядке мобильных телефонов.

2.11. Обеспечить детей списками номеров телефонов сопровождающих лиц, сопровождающих лиц – списками номеров телефонов детей.

2.12. Согласовать с администрацией образовательной организации сроки ее информирования о ходе поездки и состоянии детей по мобильному телефону.

2.13. Начинать организованную перевозку детей железнодорожным транспортом разрешается после выполнения подготовительных мероприятий и устранения всех недостатков.

3. Меры безопасности во время организованной перевозки детей

3.1. Для ожидания поезда организованные группы детей разместить в залах ожидания, комнатах отдыха железнодорожного вокзала.

3.2. На объектах железнодорожного транспорта запрещать:

- проводить подвижные игры;
- заходить за ограничительную линию у края пассажирской платформы;
- оставлять на железнодорожных путях вещи;
- переходить по железнодорожному переезду при запрещающем сигнале светофора переездной сигнализации независимо от положения и наличия шлагбаума;
- ходить по путям и ближе 5 метров от крайнего рельса;
- бежать по пассажирской платформе рядом с прибывающим или отправляющимся поездом;
- спрыгивать с пассажирской платформы на железнодорожные пути;
- подниматься на опоры и специальные конструкции контактной сети и воздушных линий и искусственных сооружений;
- переходить железнодорожные пути в местах, не оборудованных пешеходными настилами, перед движущимся транспортом и в неполюженном месте.

3.3. Не допускать бесконтрольное посещение детьми мест общего пользования, магазинов, буфетов, а также возникновение конфликтных ситуаций в зале ожидания и на платформах.

3.4. При нахождении организованных групп детей на вокзале организовывать питьевой режим.

3.5. Посадку обучающихся в железнодорожный транспорт производить только при полной остановке поезда (электрички и т.п.) со стороны посадочной платформы и не позднее, чем за 5 минут до отправления поезда.

3.6. Перед отправлением железнодорожного транспорта ответственному за организованную перевозку детей необходимо:

- сверить по спискам детей;
- проверить внешним осмотром состояние вагона, целостность окон;
- напомнить детям о правилах поведения в железнодорожном транспорте, ознакомить с планом эвакуации из вагона.

3.7. Убедиться, что на верхних полках отсутствуют громоздкие и тяжелые личные вещи детей, тяжелые сумки и чемоданы разместить под нижней полкой.

3.8. Проконтролировать получение детьми постельных принадлежностей, разместить младших детей на нижних полках.

3.9. Не допускать загромождение вещами выходов из купе, прохода в вагоне, тамбуров.

3.10. Во время движения железнодорожного транспорта запрещать детям:

- высовывать из окон руки;
- бегать по вагону;
- трогать и брать незнакомые предметы;
- выходить из вагона на станциях без разрешения сопровождающего;
- садиться и выходить на ходу поезда;
- проезжать в тамбурах, на подножках и переходных площадках;
- прислоняться к дверям вагона в тамбуре, а также открывать двери;

- выбрасывать из окон и дверей вагонов мусор и какие-либо предметы;
 - останавливать поезд стоп-краном.
- 3.11. Во время поездки ответственному лицу и сопровождающим постоянно находиться с группой.
- 3.12. Без необходимости приема пищи не допускать нахождения на столиках бутылок, стеклянных стаканов и банок.
- 3.13. Организовывать питание организованных групп детей в дороге с интервалами не более 4 часов.
Источник: <https://ohrana-tryda.com/node/4289>
- 3.14. При нахождении в пути свыше 1 дня организовывать горячее питание детей. Кратность приема пищи определяется временем нахождения групп детей в пути следования, времени суток и в соответствии с физиологическими потребностями. При нахождении в пути следования менее 1 дня (менее 24 часов) питание детей осуществлять в соответствии с гигиеническими нормативами.
- 3.15. Организовывать питьевой режим в пути следования и при доставке организованных групп детей от железнодорожного вокзала до места назначения и обратно.
- 3.16. Поддерживать дисциплину и порядок, соблюдать настоящую инструкцию, контролировать соблюдение детьми правил безопасного поведения в вагоне поезда (электрички), культуры поведения. Не позволять детям громко разговаривать.
- 3.17. Контролировать состояние детей во время поездки, при необходимости давать воду, оказать первую помощь.
- 3.18. Не допускать курение или использование открытого огня в вагоне железнодорожного транспорта, распыление различных баллончиков, сильнопахнущих средств.
- 3.19. По прибытии на станцию назначения необходимо:
- заранее предупредить детей о времени прибытия на станцию;
 - организовать безопасный выход обучающихся из вагона в сторону платформы;
 - исключить падение детей под вагон, выход детей на пути;
 - расположить группу на безопасном расстоянии от края платформы;
 - проверить по списку прибывших детей.
- 3.20. На обратном пути при посадке проверить по списку наличие всех детей. Контролировать соблюдение детьми тех же правил безопасного поведения на объектах железнодорожного транспорта и в вагоне.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

- 4.1. При инфекционном заболевании, резком ухудшении здоровья, тяжелой травме ребенка оказать первую помощь, воспользовавшись аптечкой, сообщить проводнику. Обучающийся (воспитанник) может быть снят с поезда на одной из промежуточных станций и направлен в лечебное учреждение в сопровождении одного из сопровождающих группы. Сообщить о происшествии родителям обучающегося (воспитанника) и руководителю образовательной организации.
- 4.2. Если во время следования поезда обучающийся (воспитанник) отстал, следует обратиться к дежурному по вокзалу или начальнику станции. На железной дороге меры помощи оставшим от поезда детям предусмотрены.
- 4.3. В случае задымления или возгорания в вагоне сообщить проводнику и эвакуировать всех детей из вагона в соседние вагоны. Проводник осуществляет свои действия в соответствии со своей должностной инструкцией. При условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей принять меры к ликвидации (локализации) пожара в начальной стадии с помощью первичных средств пожаротушения. При срыве стоп-крана необходимо помнить, что запрещается останавливать поезд на мосту, в тоннеле, на акведуке и в др. местах, где будет затруднена эвакуация пассажиров и тушение пожара. При остановке поезда приступить к эвакуации обучающихся на полевую сторону железнодорожного пути, не допуская паники и выхода детей на пути. В зависимости от места возгорания эвакуация должна производиться через один или через оба тамбура. Отвести детей на безопасное расстояние от поезда и путей.
- 4.4. При аварии токоснабжения (неисправность электрооборудования вагона, обрыв контактных проводов) не касаться руками металлических частей и постараться поскорее покинуть опасную зону.
- 4.5. В процессе резкого торможения или крушения поезда найти в вагоне такое положение, чтобы не «бросало» по вагону, ухватившись за выступающие детали полка. В момент падения сгруппироваться, закрыть голову руками. При опрокидывании вагона и невозможности выхода через двери необходимо разбить оконное стекло любыми подручными предметами и выбираться наружу.
- 4.6. При крушении поезда или иного дорожно-транспортного происшествия с участием железнодорожного транспорта оценить обстановку. Сообщить в Единую службу спасения о происшествии по телефону 112, быстро выяснить состояние детей, обратиться к пострадавшим - реагируют ли они, проверить дыхание и пульс, осмотреть внешние повреждения и выяснить, где болит, оказать первую помощь, воспользовавшись аптечкой. Детей, которые не пострадали, эвакуировать из вагона. Не стоит эвакуировать пострадавших детей

из вагона, если нет в этом экстренной необходимости, до проведения необходимых обследований и оказания первой помощи, так как можно нанести им дополнительные травмы. Сообщить о происшествии руководителю образовательной организации. Источник: <https://ohrana-tryda.com/node/4289>

4.7. На месте крушения надо соблюдать крайнюю осторожность. Передвигаться неспеша, внимательно осматривая дорогу перед собой.

4.8. Лежащие на земле контактные оборванные провода могут оставаться под напряжением и представлять смертельную опасность! Подходить к ним ближе 30-50 метров запрещается.

5. Меры безопасности по окончании организованной перевозки детей

5.1. По прибытии на станцию назначения необходимо:

- заранее предупредить детей о времени прибытия на станцию;
- напомнить детям, чтобы проверили и не забыли в вагоне свои вещи (одежду, мобильные телефоны, сумки и пр.);
- организовать безопасный выход обучающихся (воспитанников) из вагона в сторону платформы;
- расположить группу на безопасном расстоянии от края платформы;
- проверить по списку прибывших детей;
- удостовериться в хорошем самочувствии детей.

5.2. По окончании поездки (возвращении) передать детей родителям (законным представителям) или проследовать с детьми в образовательную организацию.

5.3. Подвести итоги поездки, отметить положительные и отрицательные стороны поведения детей.

5.4. Ответственному лицу за организованную перевозку групп детей довести до сведения администрации образовательной организации о возвращении детей.

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станции Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район.**



Утверждаю:

Директор МАУ ДО СШ

«Родина» станции Бесскорбной

М.Х. Тамазов
М.Х. Тамазов

**ИНСТРУКЦИЯ № 6
по технике безопасности для обучающихся
в МАУ ДО СШ «Родина» станции Бесскорбной
при проведении спортивных соревнований.**

1. Общие требования безопасности

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Обучающиеся подготовительной и специальной медицинских 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 фундаменте 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 соревнования, сезону и погоде.

1.5. При проведении спортивных соревнований должна быть медпачетка 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. 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 посмотреть, нет ли людей в секторе метания.
- 3.6. Перед прыжками в воду посмотреть 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.

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станции Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район**



Утверждаю:
Директор МАУ ДО СШ
«Родина» станции Бесскорбной
М.Х. Тамазов

**ИНСТРУКЦИЯ № 7
по технике безопасности для обучающихся
МАУ ДО СШ «Родина» станции Бесскорбной
на занятиях по борьбе (ДЗЮДО И САМБО).**

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

1.1. К занятиям борьбой ДЗЮДО и САМБО допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий по борьбе ДЗЮДО и САМБО необходимо соблюдать правила поведения, расписание занятий, установленные режим занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по борьбе ДЗЮДО и САМБО возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при выполнении бросков, приёмов, без использования гимнастических матов, нарушение страховки и само страховки;
- травмы при нахождении в зоне броска другой пары;
- недостаточный интервал и дистанция между обучающимися при выполнении упражнений;
- посторонние предметы (цепочки, серьги, браслеты, часы и т. д.)

1.4. Занятия по ДЗЮДО и САМБО должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви.

1.5. В местах проведения занятий по ДЗЮДО и САМБО должна быть медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.6. Тренер и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и выходы экстренной эвакуации.

1.7. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру, который сообщает об этом администрации МАУ ДО СШ «Родина» ст. Бесскорбной и оказать первую помощь пострадавшему.

1.8. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать правила борьбы, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены, соблюдать дисциплину, требования тренера.

1.9. Обучающимся запрещается употреблять спиртные напитки, наркотические и токсические вещества, курить.

1.10. Лица, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего распорядка и при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ

2.1. На занятия обучающийся должен приходить за 10-15 минут до начала, чтобы успеть переодеться.

2.2. Надеть спортивную форму (куртки САМБО, шорты, кимоно) и спортивную обувь. Спортивная форма используется только для занятий, должна быть чистой и аккуратной.

2.3. Снять кольца, браслеты, часы и другие предметы, которые могут причинить травму партнёру.

2.4. Длинные волосы должны быть убраны и завязаны любыми мягкими лентами. Использование заколок запрещено.

2.5. Во время занятий ношение очков запрещено.

2.6. Для предотвращения травм, обучающиеся должны входить в зал только с разрешения тренера. Проверить борцовский ковер на отсутствие посторонних предметов.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

3.1. Нельзя заниматься в спортивном зале без тренера. Проводить действия на борцовском ковре и заканчивать действия только по команде тренера. При разучивании приёмов следует внимательно слушать объяснение и демонстрацию приёмов.

3.2. Строго соблюдать правила поведения на занятиях по САМБО и ДЗЮДО:

- не разрешается соединять пальцы рук в переплет при захвате;

- не разрешается выставлять руки для упора о ковер при падении;

- не допускается применение запрещенных приемов;

- нельзя допускать излишней сгонки веса, это может нанести ущерб здоровью;

- нельзя тренироваться с партнером, разнящимся в весе более чем на одну весовую категорию;

- избегать во время борьбы удары головой, толчков и ударов по рукам и ногам;

- при падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.3. Особое внимание уделить страховке и само страховке при выполнении упражнений (броска, болевых приемов, удержания). Все упражнения следует выполнять так, чтобы они были наиболее безопасны. Обеспечение безопасности падения партнёра - обязанность каждого занимающегося.

3.4. Не бросать партнера, если место, где он должен упасть, занято или в ближайший момент будет занято другой парой. Атакующий должен хорошо ориентироваться в ситуации и перед броском оценить действия других пар.

3.5. Если партнер находится в опасном положении, выполнение упражнения немедленно прекратить.

3.6. При изучении боковых приёмов необходимо немедленно прекратить проведение приёма при подаче сигнала партнёра о сдаче, либо голосом, либо неоднократным хлопком по коврику или партнёру.

3.7. Опоздавшие могут быть допущены к занятиям, только после индивидуальной разминки и разрешения тренера.

3.8. Во время тренировки гнев, грубость, неуважение к партнёру - недопустимы.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При возникновении повреждений на борцовском ковре или других местах проведения занятий прекратить проведение занятий и сообщить администрации учреждения. Занятия продолжить только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования.

4.2. При появлении во время занятий боли в суставах рук, боли в спине, а также при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру.

4.3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации МАУ ДО СШ «Родина» ст. Бесскорбной и родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ГБУЗ ЦРБ Новокубанского района.

4.4. При возникновении пожара в спортивном зале не впадать в панику, следовать инструкциям тренера. Немедленно эвакуировать обучающихся из зала через имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации МАУ ДО СШ «Родина» ст. Бесскорбной и в пожарную часть.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ

5.1. Убрать в отведённое место для хранения спортивный инвентарь.

5.2. Организованно покинуть место проведения занятий.

5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь.

5.4. Принять душ и тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станицы Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район.**

Утверждаю:
Директор МАУ ДО СШ
«Родина» станицы Бесскорбной
_____ М.Х. Тамазов

**ИНСТРУКЦИЯ № 8
по антитеррористической безопасности для обучающихся
в МАУ ДО СШ «Родина» станицы Бесскорбной.**

1. Обращайте внимание на подозрительных людей, предметы, на любые подозрительные мелочи. Сообщайте обо всем подозрительном сотрудникам правоохранительных органов.
2. Особенно остерегайтесь людей, одетых явно не по сезону (если вы видите летом человека, одетого в плащ или толстую куртку - будьте внимательны - под такой одеждой террористы чаще всего прячут бомбы, лучше всего держаться от него подальше и обратить на него внимание сотрудников правоохранительных органов).
3. Остерегайтесь людей с большими сумками и чемоданами, особенно, если они находятся в месте, не подходящем для такой поклажи.
4. Будьте внимательны, постарайтесь запомнить приметы подозрительных людей, отличительные черты их лиц, одежду, имена, клички, возможные шрамы и татуировки, особенности речи и манеры поведения и т.д., не пытайтесь их останавливать сами – вы можете стать их первой жертвой.
5. Старайтесь удалиться на максимальное расстояние от тех, кто ведет себя неадекватно, нервозно, испуганно, оглядываясь, проверяя что-то в одежде или в багаже.
6. Если вы не можете удалиться от подозрительного человека, следите за мимикой его лица (специалисты утверждают, что преступник, готовящийся к теракту, обычно выглядит чрезвычайно сосредоточено, губы плотно сжаты, либо медленно двигаются, как будто читая молитву).
7. Никогда не принимайте от незнакомцев пакеты и сумки, не оставляйте свои сумки без присмотра.
8. Ознакомьтесь с планом эвакуации, узнайте, где находятся резервные выходы из здания.
9. Получив сообщение от руководства или правоохранительных органов о начале эвакуации, соблюдайте спокойствие и четко выполняйте их команды.
10. Старайтесь не поддаваться панике, что бы ни произошло.

**Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станции Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район**

Утверждаю:
Директор МАУ ДО СШ
«Родина» станции Бесскорбной

М.Х. Тамазов

**ИНСТРУКЦИЯ № 9
по пожарной безопасности для обучающихся
в МАУ ДО СШ «Родина» станции Бесскорбной.**

Общие требования безопасности

1. При проведении занятий и в свободное время должны знать и соблюдать требования пожарной безопасности установленные «Правилами пожарной безопасности в Российской Федерации» и настоящей инструкцией разработанной на их основании.
2. Обязаны знать места расположения первичных средств пожаротушения и правила пользования ими.
3. Обязаны знать план и способы эвакуации (выхода из здания) на случай возникновения пожара, утвержденный руководителем учреждения.
4. При возникновении возгорания или при запахе дыма немедленно сообщить об этом тренеру или работнику учреждения.
5. Обязаны сообщить тренеру или работнику учреждения о любых пожароопасных ситуациях.

Запрещается:

1. Приносить и пользоваться в учреждении легковоспламеняющимися, взрывоопасными, горючими материалами.
2. Оставлять без присмотра включенные в сеть электроприборы.
3. Разводить костры на территории учреждения.
4. Использовать пиротехнические средства.
5. Курить на территории учреждения.

Действия учащихся в случае возникновения пожара

1. При возникновении пожара (вид открытого пламени, запах гари, задымление) немедленно сообщить тренеру или работнику учреждения.
2. При опасности пожара находится возле тренера или работника учреждения. Строго выполнять их распоряжения.
3. Не поддаваться панике. Внимательно слушать оповещение по учреждению и действовать согласно указаниям работников школы.
4. По команде тренера или работника учреждения эвакуироваться из здания в соответствии с определенным порядком. При этом не бежать, не мешать своим товарищам, помогать малышам и одноклассникам.

1. При выходе из здания находиться в месте, указанном тренером или работником учреждения.

2. Внимание! Без разрешения администрации и педагогических работников учреждения учащимся не разрешается участвовать в пожаротушении здания и эвакуации его имущества.

3. Обо всех причиненных травмах (раны, порезы, ушибы, ожоги и т.д.) спортсмены обязаны немедленно сообщить работникам образовательного учреждения.

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станции Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район



Утверждаю:
Директор МАУ ДО СШ
«Родина» станции Бесскорбной
М.Х. Тамазов

ИНСТРУКЦИЯ № 10

**по правилам дорожного движения для обучающихся
МАУ ДО СШ «Родина» станции Бесскорбной**

- Прежде чем перейти дорогу, необходимо внимательно осмотреть проезжую часть. Сначала посмотрите налево, а потом направо. Убедитесь в отсутствии поблизости транспортных средств и быстро перейдите дорогу.
- Никогда не идите на красный сигнал светофора.
- Нельзя неожиданно выходить (выбегать) на проезжую часть из-за преграды.
- Недопустимо преодоление проезжей части бегом, поскольку во время бега взгляд направлен вперед и человек не может контролировать обстановку вокруг.
- Нельзя отвлекаться разговорами при переходе через дорогу, оглядываться назад. Нужно быть собранным и внимательным.
- Нельзя задерживаться на проезжей части дороги, даже если вы что-то уронили.
- Переходить дорогу нужно только в установленном месте, а не по кратчайшему пути.
- Не пытайтесь перебежать дорогу перед близко идущим транспортом.
- Оценивайте степень опасности до выхода на дорогу.
- Будьте предельно внимательны на дороге в условиях неблагоприятной погоды и плохой видимости.
- Изучите местные особенности автодороги.
- Старайтесь переходить улицу в группе.
- Пользуйтесь подземными и наземными переходами.

НЕЛЬЗЯ!

- Передвигаться по проезжей части дороги в запрещенном месте.
- Идти на запрещающий сигнал светофора.
- Останавливаться на проезжей части дороги.
- Ожидать транспорт в неразрешенных местах.
- Играть на дороге.

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ДТП

- Сохраняйте самообладание в любой ситуации.
- Пассажиры должны быстро сгруппироваться, лечь на пол или на сидение, защитить голову руками, накрыть детей своим телом, напрячь мышцы.
- Покиньте автомобиль только после полной его остановки.
- Не покидайте автомобиль в процессе движения из-за высокой вероятности травмирования или гибели.
- После аварии быстро оцените обстановку, положение транспортного средства, наличие реальных факторов опасности.
- Определите степень травмирования и состояние всех участников ДТП.
- Постарайтесь самостоятельно выбраться из автомобиля и помочь всем пострадавшим покинуть автомобиль. В случае невозможности это сделать успокойтесь, не делайте резких движений, примите оптимальную позу, позовите на помощь, ждите спасателей.
- Покиньте автомобиль через двери, окна, люки. Если вам мешают стекла, их нужно разбить.

- Отойдите на безопасное расстояние от места ЧС.
- Вызовите сотрудников ГИБДД, спасателей, пожарных, медиков. Окажите самопомощь и первую помощь пострадавшим.
- При возникновении пожара постарайтесь погасить огонь подручными средствами или вызвать специалистов.
- Сохраните все следы аварии до прибытия сотрудников ГИБДД.
- При падении автомобиля в воду постарайтесь покинуть его как можно быстрее, до полного погружения в воду.
- В случае попадания автомобиля в лавину дождитесь ее остановки, обеспечьте безопасность и выживание в сложившихся условиях.

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станции Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район

Утверждаю:
Директор МАУ ДО СШ
«Родина» станции Бесскорбной
М.Х. Тамазов

ИНСТРУКЦИЯ № 11

**по правилам безопасного поведения на водоемах
в летний, осенне-зимний и весенний период**

1. В летнее время

- 1.1. Входите в воду быстро, и во время купания не стойте без движения. Почувствовав озноб, быстро выходите из воды.
- 1.2. Не купайтесь сразу после приема пищи и большой физической нагрузки (игры в футбол, бег и т. д.). Перерыв между приемом пищи и купанием должен быть не менее 45–50 минут.
- 1.3. В холодную погоду, чтобы согреться, сделайте несколько легких физических упражнений.
- 1.4. Не купайтесь больше 30 минут, если вода холодная, достаточно 5–6 минут.
- 1.5. При ушных заболеваниях, не прыгайте в воду головой вниз.
- 1.6. Не оставайтесь при нырянии долго под водой.
- 1.7. Выйдя из воды, вытрите насухо и сразу оденьтесь.
- 1.8. Почувствовав усталость, сразу плывите к берегу.
- 1.9. При судорогах не теряйтесь, старайтесь держаться на воде и зовите на помощь.
- 1.10. При оказании вам помощи не хватайте спасающего, а помогите ему буксировать вас к берегу.

2. ЗАПРЕЩАЕТСЯ

- 2.1. Входить в воду разгоряченным (потным).
- 2.2. Заплывать за установленные знаки (ограждения участка отведенного для купания).
- 2.3. Подплывать близко к моторным лодкам, баржам.
- 2.4. Купаться при высокой волне.
- 2.5. Прыгать с вышки, если вблизи от нее находится другие пловцы.
- 2.6. Толкать товарища с вышки или с берега.

3. Безопасность на льду

- 3.1. Лед, зеленоватого оттенка, толщиной 7 см – безопасный, он выдерживает одного человека.
- 3.2. Непрочный лед около стока вод (с фабрик, заводов).

3.3. Тонкий или рыхлый лед вблизи камыша, кустов, под сугробами.

3.4. Площадки под снегом следует обойти.

3.5. Ненадежный тонкий лед, в местах, где бьют ключи, быстрое течение или там где впадают в реку, ручьи.

3.6. Нельзя проверять прочность льда ударом ноги.

3.7. При вынужденном переходе водоема безопаснее всего придерживаться проторенных троп или идти по уже проложенной лыжне. Но если их нет, надо перед тем, как спуститься на лед, очень внимательно осмотреться и наметить предстоящий маршрут.

3.8. При переходе водоема группой необходимо соблюдать расстояние друг от друга (5–6 метров).

3.9. Замерзшую реку (озеро) лучше переехать на лыжах, при этом: крепление лыж расстегните, чтобы при необходимости быстро их сбросить; лыжные палки держите в руках, не накидывая петли на кисти рук, чтобы в случае опасности сразу их отбросить.

3.10. Если есть рюкзак, повести его на одно плечо.

3.11. Если вы провалились, необходимо широко раскинуть руки по кромкам льда, удерживаться от погружения с головой.

3.12. Не паникуйте, старайтесь без резких движений выбираться на лед, наползая грудью и поочередно вытаскивая на поверхность ноги.

3.13. Выбравшись из пролома, нужно откатиться и ползти в сторону, обратную направлению движения.

3.14. Добравшись до берега, идите быстро домой, переодевайтесь в сухую одежду, выпейте горячий чай.

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станции Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район



Утверждаю:
Директор МАУ ДО СШ
«Родина» ст. Бесскорбной
М.Х. Тамазов

ИНСТРУКЦИЯ № 12
по технике безопасности для обучающихся
в МАУ ДО СШ «Родина» ст. Бесскорбной
при проведении прогулок, туристских походов, экскурсий, экспедиций.

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

1.1. К прогулкам, туристским походам, экскурсиям и экспедициям допускаются обучающиеся ДЮСШ, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий, экспедиций необходимо соблюдать правила поведения, установленные режимы тренировки и отдыха, правила личной гигиены.

1.3. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий, экспедиций возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмирование ног при передвижении без обуви, а также без брюк и чулок;
- изменение установленного маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы;
- потертости ног при неправильном подборе обуви;
- укусы ядовитыми животными, пресмыкающимися и насекомыми;
- отравление ядовитыми растениями, плодами и грибами;
- заражение желудочно-кишечными болезнями при употреблении воды из непроверенных открытых водоемов;
- травмы различной локализации при прохождении маршрута;
- обморочные состояния в результате теплового воздействия солнца при нахождении без головного убора.

1.4. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации школы.

1.5. При проведении прогулок, туристских походов, экскурсий и экспедиций группу обучающихся должны сопровождать двое взрослых.

1.6. Для оказания первой помощи при травмах обязательно иметь медицинскую аптечку с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств.

1.7. Обучающиеся должны соблюдать установленный порядок проведения прогулки, туристического похода, экскурсии или экспедиции.

1.8. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

**2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД ПРОВЕДЕНИЕМ ПРОГУЛКИ,
ТУРИСТИЧЕСКОГО ПОХОДА, ЭКСКУРСИИ, ЭКСПЕДИЦИИ**

2.1. Пройти соответствующую подготовку, инструктаж, медицинский осмотр и представить справку о состоянии здоровья.

2.2. Надеть удобную одежду и обувь, не стесняющую движений и соответствующую сезону и погоде. Для предотвращения травм и укусов ног надеть брюки и чулки. Обязательно иметь головной убор для защиты от солнца.

2.3. Подготовить необходимое снаряжение, проверить его исправность.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОГУЛКИ, ТУРИСТИЧЕСКОГО ПОХОДА, ЭКСКУРСИИ, ЭКСПЕДИЦИИ

3.1. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя и его заместителя, самостоятельно не изменять установленный маршрут движения и не покидать место расположения группы.

3.2. Общая продолжительность прогулки составляет 1-4 часа, а туристического похода, экскурсии, экспедиции не должна превышать: для учащихся 1-2 классов – 1 дня, 3-4 классов – 3 дней, 5-6 классов – 18 дней, 7-9 классов – 24 дней, 10-11 классов – 30 дней .

3.3. Во время привалов во избежание ожогов и лесных пожаров не разводить костры.

3.4. Не пробовать на вкус какие-либо растения, плоды, грибы.

3.5. Не трогать руками ядовитых и опасных животных, пресмыкающихся, насекомых, растений и грибов, а также колючих растений и кустарников.

3.6. При передвижении не снимать обувь и не ходить босиком.

3.7. Во избежание заражения желудочно-кишечными заболеваниями не пить воду из открытых непроверенных водоемов, использовать для этого питьевую воду из фляжки, которую необходимо брать с собой или кипяченую воду.

3.8. Соблюдать правила личной гигиены, своевременно информировать руководителя или его заместителя об ухудшении состояния здоровья или травмах.

3.9. Уважать местные традиции и обычаи, бережно относиться к природе, памятникам истории и культуры, к личному и групповому имуществу.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При укусе ядовитыми животными, пресмыкающимися, насекомыми немедленно оказать первую медицинскую помощь, отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации школы.

4.2. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации школы.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ПРОГУЛКИ, ТУРИСТИЧЕСКОГО ПОХОДА, ЭКСКУРСИИ, ЭКСПЕДИЦИИ

5.1. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки мылом.

5.2. Проверить наличие и сдать на хранение туристическое снаряжение.

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станции Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район

Утверждаю:

Директор МАУ ДО СШ

«Родина» станции Бесскорбной

М.Х. Тамазов

Инструкция № 13

Вводный инструктаж

**по мерам безопасности для обучающихся
МАУ ДО СШ «Родина» станции Бесскорбной**

1. Общие требования безопасности.

Обучающийся должен:

- пройти медицинский осмотр и получить допуск к занятиям избранным видом спорта.
- иметь опрятную спортивную форму (трусы, майку, футболку, спортивный костюм, трико, чистую обувь: кеды, кроссовки), соответствующую погодным условиям и теме проведения занятия; выходить из раздевалки по первому требованию тренера-преподавателя;
- после болезни предоставить тренеру-преподавателю справку от врача;
- присутствовать на уроке в случае освобождения врачом после болезни;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и использовать его по назначению; иметь коротко остриженные ногти; знать и выполнять инструкцию по мерам безопасности.

Обучающимся нельзя:

- резко открывать двери и виснуть на них, выключать свет, трогать плафоны в раздевалке, спортивном зале; вставлять в розетки посторонние предметы; пить холодную воду до и после урока;
- заниматься на непросохшей площадке, скользком и неровном грунте.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

Обучающийся должен:

- переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (серьги, часы, браслеты и т.д.);
- убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы; под руководством тренера-преподавателя приготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;
- с разрешения тренера-преподавателя выходить на место проведения занятия;
- по команде тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

3. Требования безопасности во время занятий.

Обучающийся, должен:

- внимательно слушать и четко выполнять задания тренера-преподавателя;
- брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения тренера-преподавателя;

- во время передвижений смотреть вперед, соблюдать достаточные интервал и дистанцию, избегать столкновений;
- выполнять упражнения с исправным инвентарем и заниматься на исправном оборудовании.

Обучающимся нельзя:

- покидать место проведения занятия без разрешения тренера-преподавателя; толкаться, ставить подножки в строю и движении;
- залезать на баскетбольные фермы, виснуть на кольцах; жевать жевательную резинку;
- мешать и отвлекать при объяснении заданий и выполнении упражнений;
- выполнять упражнения с влажными ладонями; резко изменять направление своего движения.

4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

Обучающийся должен:

- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность тренера-преподавателя;
- с помощью тренера-преподавателя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать скорую помощь;
- при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством тренера-преподавателя, покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;
- по распоряжению тренера-преподавателя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

5. Требования безопасности по окончании занятий.

Обучающийся должен:

- под руководством тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организовано покинуть место проведения занятия;
- переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь; вымыть с мылом руки.

Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
«Спортивная школа «Родина» станции Бесскорбной
муниципального образования Новокубанский район



Утверждаю:
Директор МАУ ДО СШ
«Родина» ст. Бесскорбной
М.Х. Тамазов

ИНСТРУКЦИЯ № 14

по правилам поведения в местах массового скопления людей

Необходимо помнить, что участие в любом массовом мероприятии сопряжено с повышенной опасностью. Чтобы избежать возможных неприятностей, каждому необходимо знать основные правила поведения в местах большого скопления людей. Человек, находящийся в толпе, подвергается опасности из-за:

- возможности возникновения давки;
- возможного проявления агрессии со стороны участников мероприятия (футбольных фанатов, хулиганов, участников митинга);
- возможности столкновения с сотрудниками органов правопорядка (при участии в акциях протеста).

Подготовка к посещению массовых мероприятий:

1. К походу в место скопления людей нужно готовиться. По возможности наденьте плотную одежду, прилегающую к телу. Она не должна иметь длинных и свисающих элементов, имеются в виду полы плащей, декоративные цепочки, концы шарфов (в холодное время года шарф нужно заправить под верхнюю одежду).
2. Всегда необходимо надевать головной убор. Нахождение в толпе может затянуться. Зимой шапка спасёт Вас от переохлаждения, летом кепка не даст получить солнечный удар.
3. Постарайтесь, чтобы на одежде не было надписей и рисунков двоякой трактовки, в особенности тех, которые можно расценить как оскорбительные. Это проявит Вас как вежливого человека и снизит шансы стать мишенью агрессии. Прежде всего этот совет касается посещения спортивных и музыкальных мероприятий.
4. С собой у Вас должны быть документы, их лучше спрятать, небольшая сумма денег и заряженный мобильный телефон.
5. Не берите с собой крупногабаритные, стеклянные, металлические предметы. Даже массивный брелок с ключами в кармане может стать причиной серьёзных травм.
6. Старайтесь не появляться в местах массового скопления людей с маленькими детьми. Ребёнка легко потерять в плотной толпе, кроме того, из-за небольшого роста он подвергается воздействию опасных факторов давки в гораздо большей степени, чем взрослый.
7. Оказавшись в месте проведения массового культурно-зрелищного или спортивного мероприятия, не стремитесь попасть в наиболее плотное скопление людей на ограниченном пространстве. Помните: никакое зрелище не компенсирует возможные неудобства и травмы.

8. Заранее изучите пути возможной эвакуации, расположение медицинских пунктов и полицейских постов. Запомните места расположения легко преодолимых заборов, лестниц, дворов, окон, запасных выходов.
9. Если Вам придется столкнуться с теснотой проходов в месте проведения массового зрелища, нарушениями правил пожарной безопасности и общественного порядка, лучше покинуть такое мероприятие.

Что делать, если вы оказались в движущейся толпе внутри помещения?

1. В замкнутом пространстве (на концерте или на ином массовом мероприятии) при возникновении опасности люди начинают одновременно искать спасения. В подавляющем большинстве случаев это происходит хаотично. Особенно активными становятся люди, находящиеся вдалеке от выходов. Они начинают изо всех сил напирать на тех, кто впереди, в результате большинство «передних» оказываются прижатыми к стенам. Возникает давка, в результате которой многие могут оказаться раздавленными между каменной стеной и стеной людских тел.

2. В первую очередь, необходимо придерживаться общей скорости потока движения, не толкаться, не напирать на впереди идущих. Толчки сзади и сбоку нужно сдерживать согнутыми в локтях и прижатыми к телу руками.

3. Если рядом с вами находится ребёнок, постарайтесь посадить его на плечи. В таком положении он не задохнётся, сдавленный массой тел. Двое или трое взрослых могут, обступив ребёнка и сцепив руки, образовать подобие защитного барьера.

4. Если нет непосредственной опасности для жизни (распространяющегося пожара, обрушения конструкций здания), постарайтесь оказаться вместе с наименьшей плотностью толпы. Дождитесь, когда основная масса людей покинет помещение, и уходите сами. Следуя этому совету, ни в коем случае не пытайтесь идти против или поперёк направления движения массы людей. Пересекать толпу нужно по диагонали, двигаясь как бы вместе со всеми и при этом смещаясь в нужном направлении (так словно Вы переплываете реку с сильным течением).

5. Никогда не наклоняйтесь, чтобы подобрать упавшие предметы, даже если это паспорт или кошелек с деньгами.

Что делать, если вы оказались в движущейся толпе на улице?

1. Уличную толпу принято считать не столь опасной, как толпу в замкнутом пространстве. Однако психологи с этим не согласны, считая, что уличная толпа чаще выступает в роли носителя агрессивных настроений, и что по количеству преднамеренных жертв уличная превосходит толпу в замкнутом пространстве.

2. В целом правила поведения во время массовых уличных скоплений почти не отличаются от тех, что были приведены выше.

3. Не присоединяйтесь к толпе, как бы ни хотелось посмотреть на происходящие события. Если оказались в толпе, позвольте ей нести вас, но попытайтесь выбраться из нее. При приближении толпы необходимо ретироваться в боковые улицы и переулки, используя проходные дворы.

4. Оказавшись в движущейся толпе, необходимо держаться подальше от любых стен и выступов. Особенно опасны в этих случаях всевозможные металлические решетки. Нельзя хвататься за выступающие предметы, стараться их обойти, держаться дальше от стеклянных витрин, сетчатых оград, турникетов, сцены. Главная задача – любой ценой устоять на ногах. Падение внутри движущейся толпы смертельно опасно. Но если это все-таки произойдет, то при падении не думайте о своей одежде или сумке, согните руки и ноги, защитите голову руками, а живот – сгибанием и подтягиванием ног к туловищу. Затем быстро попытайтесь упереться руками и одной ногой в землю и резко выпрямиться по ходу движения людей.

Во время участия в массовых мероприятиях граждане обязаны:

- соблюдать и поддерживать общественный порядок;

- не допускать действий, способных привести к возникновению экстремальных ситуаций и создающих опасность для окружающих;
- бережно относиться к сооружениям и оборудованию объекта проведения массового мероприятия;
- вести себя уважительно по отношению к другим гражданам, обслуживающему персоналу, обеспечивающему проведение массового мероприятия, должностным лицам, ответственным за поддержание общественного порядка и безопасности при проведении массовых мероприятий;
- выполнять законные требования сотрудников правоохранительных органов и иных лиц, ответственных за поддержание порядка и пожарной безопасности во время проведения мероприятия;
- не оставлять без присмотра несовершеннолетних детей;
- парковать автотранспорт в специально отведенных местах.
- при получении информации об эвакуации действовать согласно указаниям сотрудников органов внутренних дел (администрации объекта) или ответственных за обеспечение правопорядка, соблюдать спокойствие и не создавать паники.

Участникам массового мероприятия запрещается:

- допускать выкрики или иные действия, оскорбляющих честь и достоинство других людей;
- проносить запрещенные к обороту предметы и вещества, огнестрельное и холодное оружие, колющие, режущие, а также иные предметы, которые могут быть использованы для нанесения телесных повреждений, пиротехнические изделия, огнеопасные, ядовитые и раздражающие слизистые оболочки человеческого организма вещества, алкогольные напитки, пиво, напитки и продукцию в стеклянной и металлической таре; крупногабаритные свертки, сумки, чемоданы и иные предметы, мешающие другим участникам, а также нормальному проведению массового мероприятия;
- выбрасывать предметы на трибуну, сцену и другие места выступлений участников массового мероприятия, а также совершать иные действия, нарушающие порядок проведения массового мероприятия;
- распивать спиртные напитки или появляться в пьяном виде в общественных местах;
- совершать действия, оскорбляющие других граждан, нарушающие общественный порядок и угрожающие общественной безопасности;
- создавать помехи передвижению участников мероприятия и транспортных средств, забираться на ограждения, парапеты, осветительные устройства, площадки для телевизионных съемок, деревья, крыши, несущие конструкции и другие сооружения, не предназначенные для размещения на них людей;
- повреждать оборудование, элементы оформления сооружений и зелёные насаждения;
- наносить на любые поверхности и предметы, использовать плакаты и иную демонстрационную продукцию из любых материалов, демонстрирующих условные обозначения, символику, лозунги, направленные на разжигание расовой, социальной, национальной, религиозной и иной ненависти и вражды.