|  |  |
| --- | --- |
|  | УТВЕРЖДЕНЫ: |
| Приказом директора  |
| ГАУ ДО ВО «СШ по ЗВС» |
| от «28» апреля 2023 № 191 |
|  |
|  |

**ИНСТРУКЦИИ**

**по безопасности с обучающимися и лицами, занимающимися в спортивно-оздоровительных группах государственного автономного учреждения дополнительного образования Волгоградской области «Спортивная школа по зимним видам спорта»**

|  |
| --- |
| Принято решением  |
| педагогического совета ГАУ ДО ВО «СШ по ЗВС» |
| протокол от «21» апреля 2023 № 4 |

Волгоград 2023 г.

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ № 1**

**по охране труда - вводный инструктаж для обучающихся в Государственном автономном учреждении дополнительного образования Волгоградской области «Спортивной школы по зимним видам спорта»**

Настоящая инструкция разработана на основании ст.211 ТК РФ, в соответствии с Приказом Минтруда России № 772Н от 29.10.2021 г. «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем», Санитарно-эпидемиологических требований к учреждениям дополнительного образования детей (внешкольные учреждения) СанПиН 2.4.4.3172-14.

Срок действия настоящей инструкции 5 лет.

**1. Общие требования охраны труда и техники безопасности.**

 1.1. К занятиям хоккеем с шайбой и фигурным катанием допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и допущенные по состоянию здоровья к этим видам занятий, прошедшие инструктаж по технике безопасности.

1.2. При проведении учебно-тренировочных занятий хоккеем с шайбой и фигурным катанием занимающиеся обязаны соблюдать правила поведения на льду, расписание занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

 1.3. Во время занятий на занимающихся возможно воздействие следующих опасных и вредных производственных факторов, способствующих возникновению травм: - неудовлетворительное содержание и состояние мест занятий (некачественное состояние льда, оборудования, инвентаря, обуви, одежды); - неблагоприятные метеоусловия (температура воздуха ниже 20 градусов Цельсия); -неправильная организация и методика проведения учебно- тренировочного занятия и соревнований; -резкое увеличение объемов, интенсивности и сложности физических нагрузок, нарушение принципов постепенности, преемственности; -недостаточный уровень технико-тактической подготовки занимающихся (слабая техника катания на коньках, несоответствие объемов тренировочных и соревновательных нагрузок, несоответствие нагрузки возрасту подготовленности обучающегося); -неправильное выполнение подводящих, общеукрепляющих и спортивно-вспомогательных упражнений; -умышленное применение запрещенных приемов, грубая, некорректная игра; - низкий уровень общефизической подготовки обучающихся; - отсутствие соответствующего психоэмоционального настроя на занятия и соревнования; - неблагополучный психологический климат в группе и команде; - отсутствие самостраховки при падениях на колени, ударов клюшками, ушибов о борт площадок, ударов шайбой, при столкновении игроков; - нарушение правил врачебного контроля (допуск к занятиям без разрешения врача новичков, а также слишком раннее возобновление занятий после перенесенных заболеваний и травм или длительного перерыва в занятиях, грубое нарушение режима и здорового образа жизни); -сильное утомление в конце занятий.

 1.4. Возможные травмы: - повреждения менисков, крестообразных и боковых мышц коленного сустава; - комбинированные повреждения капсульно-связочного аппарата; - ушибы (во время единоборства, преимущественно у борта); -переломы ключицы, предплечья, лодыжек, вывихи в локтевом и акромиально-ключичном суставах (в момент падения и ударов о борт); -растяжения и разрывы сумочно-связочного аппарата; -сотрясения головного мозга; - переломы костей носа, нижней челюсти. На фоне повторных травм и нерациональных физических нагрузках у обучающихся могут возникнуть хронические заболевания: -бурситы различной локализации: в области коленного сустава- препателлярные и инфрапателлярные бурситы, в области локтевого отростка- локтевой бурсит, в области плечевого сустава- субакромиальный бурсит; -остеохондрозы; -хронический миозит, тендопериостопатия собственной связки подколенника.

**2. Требования охраны труда и техники безопасности перед началом занятий.**

2.1. Перед началом учебно-тренировочных занятий ответственным лицам необходимо проверить состояние и готовность льда и площадки, прочность ворот, отсутствие посторонних предметов на льду. Искусственное ледяное покрытие должно иметь толщину льда не менее 15 см. Уклон должен быть не более 0,01. Толщина льда на естественном льду хоккейных коробок и площадок должна быть не менее 25 см.

2.2. Всем полевым игрокам надеть на голову защитный шлем с металлическим решетчатым «забралом» (после 18-летнего возраста разрешается пластиковый прозрачный «визор») , на шею- специальный щиток (ошейник) ,защищающий горло, нагрудник для защиты груди и области надплечий, специальные трусы с широким поясом и прокладками для защиты таза и передней поверхности бедер. Под трусы одеть «раковины» для защиты половых органов, на переднюю поверхность голеней и коленных суставов – щитки, на локти – налокотники. Надеть ботинки с высоким задником и толстым носком и проверить прочность шнуровки. На руках должны быть кожаные перчатки со специальной прокладкой.

2.3. Особенно хорошо должен быть защищен вратарь, который имеет, в основном, те же защитные приспособления, что и полевые игроки, только шлем должен иметь полную лицевую маску с вратарской защитой лица и головы, защита шеи вратаря должна быть разработана с вратарской маской и давать дополнительную защиту вокруг горла. Специальный нагрудник, широкие щитки и другие конфигурации должны отличаться особой прочностью. На ногах вратаря должны быть специальные ботинки с коньками.

**3.Требования охраны труда и техники безопасности во время занятий**

3.1. Все занятия должны проходить только в присутствии тренера-преподавателя.

3.2. Необходимо обязательно провести комплексную разминку на подготовку опорно-двигательного аппарата и других систем, специальную разминку на льду.

3.3. На спортсооружениях должен быть медпункт с медицинским персоналом для оказания необходимой первой помощи.

 3.4. Постоянно использовать приемы самостраховки при разучивании специальных упражнений: подводящих и спортивно-вспомогательных – при падениях, столкновениях, ударами клюшкой, летящей шайбой;

3.6. Строго соблюдать правила игры, этику поведения, не допуская грубых приемов и неуважения к противнику. Необходима четкая и объективная организация судейства.

 3.7. Постоянно совершенствовать технику катания на коньках, владения клюшкой, использовать передовой отечественный и зарубежный опыт совершенствования мастерства в данном виде спорта.

**4.Требования охраны труда и техники безопасности после окончания занятий**

4.1. Провести заключительную гимнастику (спокойное катание, упражнения на расслабление).

4.2.Организованно уйти с площадки.

4.3. Снять спортивную одежду и сложить в индивидуальные сумки или шкафы. Влажную одежду обязательно повесить для просушки.

 4.4. Принять душ, одеться, просушить волосы.

 **5.Требования охраны труда и техники безопасности в аварийных ситуациях**

5.1. Немедленно устранить все неисправности и повреждения спортивного инвентаря и оборудования, возникшие во время занятий.

5.2. При получении травмы, немедленно оказать ему первую помощь. Соблюдать инструкцию по оказанию первой помощи. Сообщить о случившемся администрации и родителям. При необходимости, вызвать «Скорую помощь» и доставить в лечебное учреждение.

 5.3. В раздевалках должна быть аптечка, укомплектованная медикаментами и перевязочным материалом для оказания первой помощи.

 5.4. При возникновении пожара и ЧС различного рода, немедленно эвакуировать занимающихся в безопасное мест. Сообщить о возникшей ситуации по тел. 01, 112 и руководителю учреждения. Далее действовать по указанию вышестоящих должностных лиц.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией №1по охране труда - вводный инструктаж

 От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ № 2**

**по безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по фигурному катанию на ледовой арене для обучающихся и лиц, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах, ГАУ ДО ВО «СШ по ЗВС»**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К учебно-тренировочным занятиям по фигурному катанию на коньках допускаются обучающиеся и лица, занимающиеся в спортивно-оздоровительных группах (СОГ), прошедшие настоящий инструктаж по безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Во время учебно-тренировочных занятий на ледовой арене на обучающихся/занимающихся в СОГ возможно действие следующих опасных факторов: переохлаждение, потертости от коньков, травмы при падении на льду, травмы при выполнении упражнений без разминки, травмы при столкновении обучающихся друг с другом, травмы при ненадежном креплении коньков к обуви.

1.3. Во время учебно-тренировочного занятия на ледовой арене необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебно-тренировочных занятий, установленные режимы спортивных нагрузок и отдыха, правила личной гигиены.

1.4. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по безопасности, привлекаются к ответственности, со всеми воспитанниками проводится внеплановый инструктаж.

**2. Требования безопасности перед началом**

**учебно-тренировочного занятия на ледовой арене**

2.1. Обучающимся/занимающимся в СОГ запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи, после больших физических нагрузок, при незаживших травмах и общем недомогании.

2.2. Перед занятием надеть легкую, теплую, не стесняющую движения спортивную одежду.

2.3. Проверить исправность инвентаря и крепление коньков к обуви. Ботинки должны быть подобраны по размеру ноги, шнурки должны быть туго затянуты, чтобы избежать травм.

2.4. Снять все предметы, представляющие опасность (часы, бусы, кольца, висячие серьги).

2.5. Обучающимся/занимающимся в СОГ запрещается:

- выходить на ледовую арену и прилегающие к ней тренировочные зоны без тренера-преподавателя;

- выходить на лед во время работы заливочной машины;

2.6. Перед выходом к месту занятий выслушать разъяснения тренера-преподавателя правила передвижения на коньках в условиях, которые могут встретиться на пути передвижения.

**3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. Соблюдать интервал при движении на коньках 3-4 метра.

3.2. При движении по ледовой площадке запрещается резко останавливаться, а также отдыхать, стоя на пути движения других обучающихся/занимающихся.

3.3. Во время учебно-тренировочных занятий на ледовой арене не разговаривать и не отвлекаться, соблюдать дисциплину.

3.4. При падении необходимо сгруппироваться, не выставлять вперед прямые руки во избежание получения травмы.

3.5. Во время занятия запрещается жевать и употреблять пищу.

3.5. Не отлучаться с ледовой арены без уважительной причины, не поставив в известность тренера-преподавателя.

3.6. Следить друг за другом во время учебно-тренировочных занятий и сообщать тренеру-преподавателю об увиденном (ухудшение состояния, травма катающегося рядом, неисправности оборудования, инвентаря, ограждения и.т.п.).

3.7. Отдыхать во время учебно-тренировочных занятий на ледовой арене только около борта или за ним, не мешая занятиям других обучающихся/занимающихся.

 3.8. Во избежание потертостей ног не ходить на коньках в тесной или слишком свободной обуви.

 3.9. Новичкам на льду следует применять страховку при выполнении самостоятельного движения, используя для этой цели барьеры, поручни.

**4. Требования безопасности по окончанию занятий**

4.1. По окончанию учебно-тренировочного занятия покинуть ледовую арену, не задерживая подготовку льда для занятий следующей группы.

4.2. При выходе со льда надевать чехлы на коньки.

4.3. Убрать в отведенное для хранения место весь инвентарь, проверив его исправность.

4.4. Тщательно вымыть руки с мылом.

**5. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

5.1. При поломке коньков прекратить тренировочное занятие и сообщить тренеру/тренеру-преподавателю.

5.2. При плохом самочувствии сообщить об этом тренеру-преподавателю.

5.3. При получении травмы немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю, который должен оказать первую доврачебную помощь.

5.4. При пожаре выполнять распоряжения тренера-преподавателя, выйти из здания.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией №2по безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий по фигурному катанию на ледовой арене

 От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ № 3**

**по безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий**

**по хоккею на ледовой арене для обучающихся**

**и лиц, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах,**

**ГАУ ДО ВО «СШ по ЗВС»**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К учебно-тренировочным занятиям по хоккею с шайбой допускаются обучающиеся и лица, занимающиеся в спортивно-оздоровительных группах (СОГ), прошедшие настоящий инструктаж по безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Во время учебно-тренировочных занятий на ледовой арене на обучающихся и занимающихся в СОГ возможно действие следующих опасных факторов: травмы при применении силовых приемов, переохлаждение, потертости от коньков, травмы при падении на льду, травмы при выполнении упражнений без разминки, травмы при попадании шайбы, ударе клюшкой, коньками в незащищенные места.

1.3. Во время учебно-тренировочного занятия на ледовой арене необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебно-тренировочных занятий, установленные режимы спортивных нагрузок и отдыха, правила личной гигиены.

1.4. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по безопасности, привлекаются к ответственности, со всеми воспитанниками проводится внеплановый инструктаж.

**2. Требования безопасности перед началом**

**учебно-тренировочного занятия на ледовой арене**

2.1. Обучающимся/занимающимся в СОГ запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи, после больших физических нагрузок, при незаживших травмах и общем недомогании.

2.2. Перед занятием надеть экипировку (шлем, маску, наплечники, налокотники, щитки, раковину, трусы хоккейные, краги, коньки) до начала тренировки.

2.3. Использовать средства индивидуальной защиты по хоккею.

2.4. Проверять исправность коньков, закрепленность ботинок на ногах (шнурки должны быть туго затянуты) чтобы избежать травм.

2.5. При неисправности инвентаря сообщить об этом тренеру-преподавателю.

2.6. Обучающимся/занимающимся в СОГ запрещается:

- приносить в школу колющие, режущие, легковоспламеняющиеся предметы, алкогольные и энергетические напитки;

- выходить на ледовую арену и прилегающие к ней тренировочные зоны без тренера-преподавателя;

- выходить на лед во время работы заливочной машины;

- бегать без разрешения тренера-преподавателя, толкать друг друга; кидать друг в друга различные предметы;

- трогать без разрешения тренера-преподавателя спортивное снаряжение, оборудование;

- использовать коньки, клюшки, средства индивидуальной защиты вне ледовой арены.

**3. Требования безопасности во время занятий**

3.1.Начинать движение строго по команде тренера-преподавателя.

3.2. Соблюдать интервал при движении на коньках.

3.3. Во время учебно-тренировочных занятий на ледовой арене не разговаривать и не отвлекаться, соблюдать дисциплину.

3.4. При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Во время занятия запрещается жевать и употреблять пищу.

3.6. Соблюдать правила игры при проведении силовых приемов.

3.7. Не отлучаться с ледовой арены без уважительной причины, не поставив в известность тренера-преподавателя.

3.8. Следить друг за другом во время учебно-тренировочных занятий и сообщать тренеру-преподавателю об увиденном (ухудшение состояния, травма катающегося рядом, неисправности средств индивидуальной защиты, оборудования, инвентаря, ограждения и.т.п.)

3.9. Отдыхать во время учебно-тренировочных занятий на ледовой арене только около борта или за ним, не мешая занятиям других обучающихся/занимающихся.

**4. Требования безопасности по окончанию занятий**

4.1.По окончанию учебно- тренировочного занятия покинуть ледовую арену, не задерживая подготовку льда для занятий следующей группы.

4.2. При выходе со льда надевать чехлы на коньки.

4.3. Убрать в отведенное для хранения место весь инвентарь, проверив его исправность.

4.4. Тщательно вымыть руки с мылом.

**5. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

5.1. При поломке коньков или средств индивидуальной защиты срочно прекратить учебно-тренировочное занятие и сообщить тренеру-преподавателю.

5.2. При плохом самочувствии сообщить об этом тренеру-преподавателю.

5.3. При получении травмы немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю, который должен оказать первую доврачебную помощь.

5.4. При пожаре выполнять распоряжения тренера-преподавателя, выйти из здания.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией №3по безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий

по хоккею на ледовой арене

 От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ № 4**

**по безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий в тренажерном зале**

**для обучающихся и лиц, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах,**

**ГАУ ДО ВО «СШ по ЗВС»**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К занятиям в тренажерном зале допускаются обучающиеся и лица, занимающиеся в спортивно-оздоровительных группах (СОГ), прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, а также прошедшие инструктаж по правилам безопасности.

1.2. При проведении занятий в тренажерном зале возможно воздействие на обучающихся/занимающихся в СОГ следующих опасных факторов:

 - травмы при проведении занятий в тренажерном зале на неисправных, непрочно установленных и не закрепленных тренажерах;

 - травмы при нарушении правил использования тренажеров, а также при нарушении установленных режимов занятий и отдыха.

1.3. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ должны соблюдать правила использования тренажеров, установленные режимы спортивной нагрузки и отдыха.

1.4. Во время занятий в тренажерном зале обучающиеся и занимающиеся в СОГ должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.5. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по безопасности, привлекаются к ответственности, со всеми воспитанниками проводится внеплановый инструктаж.

**2. Требования безопасности перед началом**

**учебно-тренировочного занятия**

2.1. Обучающимся/занимающимся в СОГ запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи, после больших физических нагрузок, при незаживших травмах и общем недомогании.

2.2. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ перед тренировкой должны надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.3. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ должны заходить в тренажерный зал, использовать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения тренера-преподавателя.

**3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. Начинать выполнение упражнений на тренажерах и заканчивать их только по команде (сигналу) тренера-преподавателя.

3.2. Не выполнять упражнения на неисправных, непрочно установленных и ненадежно закрепленных тренажерах.

3.3. Соблюдать дисциплину, строго выполнять правила использования тренажеров, учитывая их конструктивные особенности.

3.4. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) тренера-преподавателя, самовольно не предпринимать никаких действий.

3.5. Соблюдать установленные режимы спортивной нагрузки и отдыха.

**4. Требования безопасности по окончании занятий**

4.1. Привести в исходное положение все тренажеры.

4.2. Организованно покинуть место проведения занятия.

4.3. Переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь; вымыть с мылом руки.

**5. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

5.1. При возникновении неисправности в работе тренажера или его поломке, прекратить занятия на тренажере, сообщить об этом тренеру-преподавателю. Занятия продолжать только после устранения неисправности тренажера.

5.2. При плохом самочувствии сообщить об этом тренеру-преподавателю.

5.3. При получении травмы немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю, который должен оказать первую доврачебную помощь.

5.4. При пожаре выполнять распоряжения тренера-преподавателя, выйти из здания.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией №4по безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий в тренажерном зале

 От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ № 5**

**по безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий**

**в спортивном зале, зале хореографии и фитнеса**

**для обучающихся и лиц, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах,**

**ГАУ ДО ВО «СШ по ЗВС»**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К учебно-тренировочным занятиям в спортивном зале, зале хореографии и фитнеса допускаются обучающиеся и лица, занимающиеся в спортивно-оздоровительных группах (СОГ), прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, а также прошедшие и инструктаж по правилам безопасности.

1.2. При проведении занятий в спортивном зале, зале хореографии и фитнеса возможно воздействие на обучающихся и занимающихся в СОГ следующих опасных факторов: травмы при проведении занятий в зале хореографии и фитнеса на неисправном, непрочно установленном и не закрепленном оборудовании; травмы при выполнении упражнений без разминки.

1.3. Во время тренировки должны соблюдать правила поведения, расписание тренировочных занятий, правила использования спортивного оборудования, установленные режимы спортивной нагрузки и отдыха.

1.4. На занятия в зале хореографии и фитнеса необходимо приходить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой; ногти должны быть коротко острижены.

1.5. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по безопасности, привлекаются к ответственности, со всеми воспитанниками проводится внеплановый инструктаж.

**2. Требования безопасности перед началом**

**учебно-тренировочного занятия**

2.1. Обучающиеся/занимающимся в СОГ запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи, после больших физических нагрузок, при незаживших травмах и общем недомогании.

2.2. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ перед тренировкой должны надеть спортивную форму; снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (висячие сережки, часы, браслеты и т.д.).

2.3. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ должны заходить в спортивный зал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения тренера-преподавателя.

2.4. Под руководством тренера-преподавателя подготовить спортивный инвентарь и оборудование, необходимое для проведения занятия.

2.5. По команде тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

 **3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. Внимательно слушать объяснения упражнений и правильно их выполнять.

3.2. При выполнении упражнений быть внимательным, соблюдать достаточный интервал и дистанцию.

3.3. Выполнять упражнения со спортивным инвентарем, соответствующим росту обучающегося.

3.4. Не выполнять упражнения без страховки, если нет уверенности в их выполнении.

3.5. Во время выполнения упражнений:

- танцевальные движения выполнять на шагах, следить, чтобы пятка каждый раз становилась на пол;

- обращать внимание на правильную осанку, при выполнении упражнений спина должна быть прямой;

- избегать чрезмерного прогибания в шейном, грудном и поясничном отделах;

- при наклонах в сторону опираться одной рукой о бедро;

- не выполнять наклоны на прямых ногах.

- движения рук должны быть под контролем, избегать чрезмерных растяжений и перегрузок в суставах;

-не выполнять высоких махов ногами (выше 90°) и большого количества подскоков;

3.6. Выполняя выпады в полуприседе:

- не наклоняться чрезмерно вперед, не заваливаться на большие пальцы ног;

- не выводить колени вперед, удерживать их над носками;

3.7. При выполнении упражнений с предметами соблюдать достаточный интервал и дистанцию.

3.8. При выполнении упражнений на мяче: точно располагать центр тяжести своего тела над ним; движения выполнять правильно; контролировать перемещение мяча под собой; использовать мяч своей весовой категории от 50 до 70 кг и выше.

 3.9. При выполнении упражнений с перемещениями: использовать упоры на ноги и на руки в зависимости от расположения туловища на нем.

 3.10. Степ: при выполнении упражнений не ставить ногу на край степа.

 3.11. Гантели, скакалка: при выполнении упражнения крепко держать их в руках, руки должны быть сухими.

**4. Требования безопасности по окончании занятий**

4.1. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ должны:

- под руководством тренера-преподавателя 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.

**5. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

 5.1. При возникновении неисправности в спортивном оборудовании или его поломке, прекратить занятия, сообщить об этом тренеру-преподавателю. Занятия продолжать только после устранения неисправности оборудования.

 5.2. При плохом самочувствии сообщить об этом тренеру-преподавателю.

5.3. При получении травмы немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю, который должен оказать первую доврачебную помощь.

5.4. При пожаре выполнять распоряжения тренера-преподавателя, выйти из здания.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией №5по безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий

в спортивном зале, зале хореографии и фитнеса

 От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ № 6**

**по безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий**

**на открытых спортивных площадках**

**для обучающихся и лиц, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах,**

**ГАУ ДО ВО «СШ по ЗВС»**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К учебно-тренировочным занятиям на открытых спортивных площадках допускаются обучающиеся и лица, занимающиеся в спортивно-оздоровительных группах (СОГ), прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, а также прошедшие и инструктаж по правилам безопасности.

1.2. При проведении занятий на открытых спортивных площадках возможно воздействие на спортсменов и занимающихся в СОГ следующих опасных факторов: травмы при проведении занятий на неисправном, непрочно установленном и не закрепленном оборудовании; травмы на не соответствующем требованиям покрытии спортивных площадок; наличие посторонних предметов на площадке, в яме с песком; наличие скользких поверхностей; травмы при выполнении упражнений без разминки; экстремальные погодные условия.

1.3. Во время тренировки должны соблюдать правила поведения, расписание тренировочных занятий, правила использования спортивного оборудования, установленные режимы спортивной нагрузки и отдыха.

1.4. На занятия приходить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой в соответствии с погодными условиями.

1.5. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ должны знать место нахождения аптечки для оказания первой медицинской помощи.

1.6.Обучающиеся/занимающиеся в СОГ, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по безопасности, привлекаются к ответственности, со всеми воспитанниками проводится внеплановый инструктаж.

**2. Требования безопасности перед началом**

**учебно-тренировочного занятия**

2.1. Обучающимся/занимающимся в СОГ запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи, после больших физических нагрузок, при незаживших травмах и общем недомогании.

2.2. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ перед тренировкой должны надеть спортивную форму, соответствующую виду занятия и погодным условиям; снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (висячие сережки, часы, браслеты и т.д.).

2.3. Под руководством тренера-преподавателя подготовить спортивный инвентарь, необходимый для проведения занятия.

2.4. Организованно выйти с тренером-преподавателем к месту проведения тренировочного занятия.

2.5. По команде тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

 **3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. Внимательно слушать объяснения упражнений и правильно их выполнять.

3.2. Брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения тренера-преподавателя. Не осуществлять самостоятельный переход к другому виду физических упражнений.

3.3. При выполнении упражнений быть внимательным, соблюдать достаточный интервал и дистанцию.

3.4. Выполнять упражнения со спортивным инвентарем, соответствующим росту спортсмена, выполнять упражнения только на исправном оборудовании.

3.5. Не выполнять упражнения без страховки, если нет уверенности в их выполнении.

3.6. Не выполнять упражнения на гимнастических снарядах с влажными ладонями.

3.7. Не использовать спортивное оборудование и инвентарь не по прямому назначению.

3.8. Не производить самостоятельную разборку, сборку и ремонт спортивных снарядов и оборудования.

3.9. Быть внимательным при перемещении по спортивной площадке: не мешать другим, не ставить подножек, избегать столкновений.

3.10. Не покидать территорию спортивной площадки без разрешения.

**4. Требования безопасности по окончании занятий**

4.1. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ должны:

- под руководством тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь в места его хранения; при обнаружении неисправности спортивного инвентаря, проинформировать тренера;

- организованно покинуть место проведения занятия;

- переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь; вымыть с мылом руки.

**5. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

 5.1. При возникновении неисправности в спортивном оборудовании или его поломке, прекратить занятия, сообщить об этом тренеру-преподавателю. Занятия продолжать только после устранения неисправности оборудования.

 5.2. При плохом самочувствии сообщить об этом тренеру-преподавателю.

5.3. При получении травмы немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю, который должен оказать первую доврачебную помощь.

5.4. При пожаре выполнять распоряжения тренера-преподавателя, выйти из здания.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией №6по безопасности при проведении учебно-тренировочных занятий

на открытых спортивных площадках

 От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ № 7**

**по безопасности при проведении соревнований на ледовой арене**

**для обучающихся и лиц, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах,**

**ГАУ ДО ВО «СШ по ЗВС»**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.

1.3. При проведении спортивных соревнований возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- для фигуристов: переохлаждение, потертости от коньков, травмы при падении на льду, травмы при выполнении упражнений без разминки, травмы при столкновении спортсменов друг с другом, травмы при ненадежном креплении коньков к обуви;

- для хоккеистов: травмы при применении силовых приемов, переохлаждение, потертости от коньков, травмы при падении на льду, травмы при выполнении упражнений без разминки, травмы при попадании шайбы, ударе клюшкой, коньками в незащищенные места.

1.4. При проведении спортивных соревнований медицинская аптечка должна быть укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.5. О каждом несчастном случае с участниками спортивных соревнований необходимо немедленно сообщить руководителю соревнований, 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.

1.6. Во время спортивных соревнований участники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды, экипировки и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.7. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности, с ними проводят внеочередной инструктаж по правилам охраны труда и по настоящей инструкции.

**2. Требования безопасности**

**перед началом соревнований**

2.1. Подать заявки инструктору по физкультуре и спорту на спортивные соревнования, заверенные врачом.

2.2. Провести разминку.

2.3. Проверить исправность коньков, закрепленность ботинок на ногах (шнурки должны быть туго затянуты, чтобы избежать травм), проверить надежность спортивного инвентаря и оборудования (для хоккеистов).

2.4. Надеть спортивную экипировку.

**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.

**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 ребенка прекратить участие в спортивных соревнованиях и сообщить об этом судье соревнований.

4.3. При получении травмы участником соревнований немедленно сообщить об этом судье соревнований, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

**5. Требования безопасности**

**по окончании соревнований**

5.1. При выходе со льда надевать чехлы на коньки.

5.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование (для хоккеистов).

5.3. Снять экипировку и принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией №7по безопасности при проведении соревнований на ледовой арене

 От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ № 8**

**по правилам пожарной безопасности**

**для обучающихся и лиц, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах,**

**ГАУ ДО ВО «СШ по ЗВС»**

Ознакомление обучающихся с инструкцией по пожарной безопасности проводится тренером-преподавателем с целью формирования у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих.

Инструктаж проводится с обучающимися перед началом учебно-тренировочного процесса. Тренер-преподаватель обязан довести до сведения обучающихся о плане и способе эвакуации (выхода из здания) на случай возникновения пожара, места расположения первичных средств пожаротушения и правила пользования ими. Отметка о проведении инструктажа по пожарной безопасности обучающихся спортивной школы проставляется журнале учета работы учебно-тренировочных групп тренера-преподавателя.

**1. Общие требования безопасности**

1.1. При проведении занятий и в свободное время обучающиеся должны знать и соблюдать требования пожарной безопасности установленные «Правилами пожарной безопасности в Российской Федерации» и настоящей инструкцией, разработанной на их основе.

1.2. Обучающиеся обязаны знать места расположения первичных средств пожаротушения и правила пользования ими.

1.3. Обучающиеся обязаны знать план и способы эвакуации (выхода из здания) на случай возникновения пожара.

1.4. При возникновении возгорания или при запахе дыма немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю или работнику учреждения.

1.5. Обучающиеся обязаны сообщить тренеру-преподавателю или работнику учреждения о любых пожароопасных ситуациях.

**2. Запрещается**

2.1. Трогать спички, играть с ними, бросать горящие спички в урны или контейнеры-мусоросборники.

2.2. Сушить одежду около печи, нагревательных приборов с открытой спиралью.

2.3. Приносить и пользоваться в учреждении легковоспламеняющимися, взрывоопасными, горючими материалами.

2.4. Оставлять без присмотра включенные в сеть электроприборы.

2.5. Разводить костры на территории учреждения.

2.6. Использовать пиротехнические средства.

2.7. Курить на территории учреждения.

**3. Действия обучающихся**

**в случае возникновения пожара**

3.1. При возникновении пожара (вид открытого пламени, запах гари, задымление) немедленно сообщить работнику учреждения.

3.2. При опасности пожара находится возле тренера-преподавателя. Строго выполнять его распоряжения.

3.3. Не поддаваться панике. Внимательно слушать оповещение по учреждению и действовать согласно указаниям работников учреждения.

3.4. По команде тренера эвакуироваться из здания в соответствии с определенным порядком. При этом не бежать, не мешать своим товарищам, помогать малышам.

3.5. При выходе из здания находиться в месте, указанном тренером-преподавателем.

3.6. Внимание! Без разрешения администрации и тренерского состава учреждения обучающимся не разрешается участвовать в пожаротушении здания и эвакуации его имущества.

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

**4. Что нельзя делать**

**в случае возникновения пожара**

4.1. Открывать окна и двери: приток свежего воздуха поддерживает горение.

4.2. Тушить водой электроприборы, включенные в сеть.

4.3. Ходить в задымленном помещении в полный рост: дым всегда скапливается в верхней части комнаты или здания, поэтому лучше пригнуться или лечь на пол, закрыв нос и рот платком.

4.4. В задымленном коридоре двигаться, держась за перила: они могут привести в тупик.

4.5. Пытаться покинуть горящее помещение на лифте (он может выключиться в любой момент, и вы окажетесь в ловушке).

4.6. Прятаться во время пожара: от огня и дыма спрятаться невозможно.

4.7. Смазывать ожоги маслом.

4.8. Бороться с огнем самостоятельно, не вызывая пожарных.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией №8по правилам пожарной безопасности

 От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ № 9**

**по правилам электробезопасности**

**для обучающихся и лиц, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах,**

**ГАУ ДО ВО «СШ по ЗВС»**

Ознакомление обучающихся с инструкцией по электробезопасности проводится тренером с целью формирования у обучающихся и занимающихся в спортивно-оздоровительных группах (СОГ) сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих.

Инструктаж проводится с обучающимися/занимающимися в СОГ как целевой перед каникулами в общеобразовательной школе. Отметка о проведении инструктажа по электробезопасности для обучающимися/занимающихся в СОГ проставляется журнале проведения инструктажей по безопасности, а также вносится запись в журнал учета работы учебно-тренировочных групп тренера-преподавателя.

**1. Общие требования безопасности**

1.1. Обучающиеся /занимающиеся в СОГ обязаны соблюдать порядок включения электроприборов в сеть: шнур сначала подключается к прибору, а затем к сети. Отключение прибора производится в обратной последовательности.

1.2. Уходя из помещения, следует обязательно выключать электроприборы (утюг, телевизор и т. п.).

1.3. Пользуясь утюгом, чайником, плиткой следует ставить их на специальную подставку.

1.4. Не использовать в качестве абажура для электролампочек бумагу или ткань, т.к. это может привести к возгоранию.

1.5. Проводить ремонт, замену деталей, сборку электроприборов следует только при их выключенном состоянии из электросети.

1.6. Не пользоваться электроприборами с поврежденной изоляцией.

1.7. Не включать в розетку более трех электроприборов.

1.8. В случае возгорания электроприборов, если нельзя потушить вспышку пожара, следует вызвать по телефону пожарную службу.

**2. Запрещается**

2.1. Вставлять вилку в штепсельную розетку мокрыми руками.

2.2. При выключении электроприбора тянуть за электрический провод руками - может случиться короткое замыкание.

2.3. Подходить к оголенному проводу и дотрагиваться до него - может ударить током.

2.4. Прикасаться к нагреваемой воде и сосуду (если он металлический) при включенном в сеть нагревателе.

2.5. Протирать включенные электроприборы влажной тряпкой.

2.6. Размещать цветочные горшки или мокрое белье над электрическими проводами.

2.7. Гасить загоревшиеся электроприборы водой.

2.8. Прикасаться к провисшим или лежащим на земле проводам.

2.9. Влезать на крыши домов и строений, где вблизи проходят линии электропередачи, а также на опоры (столбы) воздушных линий электропередачи.

2.10. Проникать в распределительные устройства, трансформаторные подстанции, силовые щитки - это грозит смертью!

**3. Действия в случае аварийной ситуации**

3.1. Признаки возможного загорания электроприборов:

- дым или запах горелой резины (пластика, дерева);

- сильный нагрев отдельных частей или прибора в целом;

- искрение, вспышки света, треск, гудение в приборе.

При появлении любого из этих признаков необходимо немедленно отключить прибор от электрической сети.

#### 3.2. При загорании телевизора необходимо предпринять следующие действия:

1) выдернуть шнур электропитания из розетки;

2) накрыть электроприбор плотной тканью (покрывалом, курткой, ковриком) – это исключит доступ воздуха к пламени;

3) чтобы избежать отравления продуктами горения, дышать через влажное полотенце;

4) покинуть помещение, вызвать пожарную охрану (при пожаре).

5) только после ликвидации загорания проветрить помещение. Ничего не убирать, чтобы пожарные смогли установить причину пожара и составить акт о пожаре.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией №9по правилам электробезопасности

 От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ-ПАМЯТКА № 10**

**для детей по профилактике дорожно-транспортных происшествий**

1. Ходите только по тротуару!

2. Переходите улицу в местах, обозначенных разметкой или знаками «пешеходный переход», а где их нет – на перекрестках по линии тротуаров.

3. Переходя улицу, посмотрите налево, а дойдя до середины – направо!

4. На улицах и дорогах, где движение регулируется, переходите проезжую часть только при зеленом сигнале светофора или разрешающем жесте регулировщика.

5. Не перебегайте дорогу перед близко идущим транспортом!

6. При отсутствии  в зоне видимости перехода или перекрестка разрешается переходить дорогу под прямым углом к краю проезжей части и там, где она хорошо просматривается в обе стороны.

7. Пешеходы, не успевшие закончить переход, должны остановиться на линии, разделяющей транспортные потоки противоположных направлений. Продолжить переход можно,  лишь убедившись  в  безопасности дальнейшего движения и с учетом сигнала светофора (регулировщика).

8. Стоящий на остановке автобус или троллейбус обходите только в разрешенных для перехода         местах, соблюдайте при этом осторожность. Обходить этот транспорт спереди или сзади опасно!

9. Не устраивайте игры вблизи дорог и не катайтесь на коньках, лыжах и санках на проезжей части улицы.

10. Не цепляйтесь за проходящие автомобили, не катайтесь на сцепном устройстве трамвая – это опасно для жизни!

11. При приближении транспортных средств с включенным проблесковым маячком синего цвета или маячками синего и красного цветов и специальным звуковым сигналом не начинайте переходить улицу, а если находитесь на дороге, уступите дорогу этим транспортным средствам и незамедлительно освободите проезжую часть.

12. Ездить на велосипедах по улицам и дорогам детям разрешается детям не моложе 14 лет.

**Памятка пешеходу**

*Пешеходу запрещается:*

1. Двигаться по краю проезжей части дороги при наличии тротуара, пешеходной или велосипедной дорожки, обочины, по которым возможно движение пешеходов.

2. Задерживаться и останавливаться на проезжей части дороги, в том числе на линии горизонтальной дорожной разметки, разделяющей встречные и попутные потоки транспортных средств, за исключением остановки на островках безопасности.

3. Переходить проезжую часть вне подземного, надземного, наземного пешеходных переходов на участке дороги:

 - с разделительной зоной, разделительной полосой;

 - с общим числом полос движения шесть и более;

- где установлены дорожные ограждения.

4. Выходить на проезжую часть дороги из-за стоящего транспортного средства или иного объекта, ограничивающего обзорность дороги, не убедившись в отсутствии приближающихся транспортных средств.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией-памяткой №10по профилактике дорожно-транспортных происшествий

 От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ-ПАМЯТКА №11**

**для детей правила поведения при обнаружении**

**взрывоопасных предметов**

*При обнаружении взрывоопасного предмета или внешне схожего с ним предмета необходимо:*

- немедленно остановиться или прекратить выполняемую работу;

- предупредить окружающих об опасной находке;

- быстро и осторожно отойти от предмета на безопасное расстояние;

- оградить или другим способом исключить случайный доступ в опасную зону посторонних людей до прибытия официальных лиц;

- немедленно сообщить об опасной находке в полицию (по телефону 102) и в МЧС (по телефону 101 или 112);

- по возможности дождаться прибытия официальных лиц и указать им местонахождения взрывоопасного предмета.

**Запрещается:**

- подходить, трогать и сдвигать взрывоопасные предметы с места;

 - брать в руки, наносить по ним удары, принимать попытки к разборке;

- переносить или перекатывать их с места на место;

- предпринимать попытки обезвредить или извлечь их из земли;

- обрывать или тянуть отходящие от них проволочки или провода.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией-памяткой №11по правилам поведения при обнаружении

взрывоопасных предметов

 От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ № 12**

**по безопасности во время поездки в автобусах**

**для обучающихся и лиц, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах,**

**ГАУ ДО ВО «СШ по ЗВС»**

**1. Общие требования**

1.1. К проезду на автобусе допускаются обучающиеся/занимающиеся в СОГ, с которыми проведен инструктаж по безопасности во время поездки автобусом.

1.2. При поездках на автобусе необходимо соблюдать правила безопасности граждан на автотранспорте, правила личной гигиены

1.3. При поездках на автобусе возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов: травмы при аварии.

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

1.5. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по безопасности, привлекаются к ответственности, со всеми воспитанниками проводится внеплановый инструктаж.

.

**2. Требования безопасности перед началом поездки**

2.1. Надеть одежду и обувь, соответствующую погодным условиям.

2.2. Подходить к автобусу для посадки только после полной остановки автобуса.

2.3. Занять посадочные места.

2.4. Разместить багаж в соответствии с указаниями руководителя

**3. Требования безопасности во время поездки**

3.1. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя.

3.2. Обеспечить сохранность оборудования и чистоту.

3.3. Не ходить по салону автобуса во время движения.

3.4. Не выходить на проезжую часть во время остановок для отдыха, принятия пищи и других целей.

**4. Требования безопасности по окончании поездки**

4.1. Взять свой багаж и покинуть автобус.

**5. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

5.1. При проведении ремонта автобуса в пути следования по распоряжению руководителя покинуть автобус и удалиться на безопасное расстояние от проезжей части.

5.2. В случае дорожно-транспортного происшествия покинуть автобус, четко выполняя команды руководителя, исключив панику.

5.3. При невозможности выхода через двери автобуса, воспользоваться выходом через аварийные люки или оконные проемы.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией №12по безопасности во время поездки в автобусах

 От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ № 13**

**по безопасности при пользовании железнодорожным транспортом**

**для обучающихся и лиц, занимающихся в спортивно-оздоровительных группах,**

**ГАУ ДО ВО «СШ по ЗВС»**

**1. Общие требования**

1.1. К проезду на железнодорожном транспорте допускаются обучающиеся/занимающиеся в СОГ, с которыми проведен инструктаж по безопасности при пользовании железнодорожным транспортом.

1.2. При поездках на железнодорожном транспорте необходимо соблюдать правила безопасности граждан на железнодорожном транспорте, правила личной гигиены.

1.3. При поездках на железнодорожном транспорте возможно воздействие на обучающихся/занимающихся в СОГ следующих опасных факторов:

- травмы при наезде поезда;

- электротравмы при проезде на крыше вагона.

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

1.5. Обучающиеся/занимающиеся в СОГ, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по безопасности, привлекаются к ответственности, со всеми воспитанниками проводится внеплановый инструктаж.

**2. Требования безопасности перед поездкой**

**на железнодорожном транспорте**

2.1. Пройти соответствующий инструктаж

2.2. Подготовить необходимый багаж, сложить его аккуратно и компактно.

**3. Требования безопасности во время поездки**

**на железнодорожном транспорте**

3.1. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя.

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

3.3. Производить посадку в вагоны только после полной остановки поезда.

3.4. Выход из вагонов и посадку в них необходимо производить только со стороны перрона или посадочной платформы.

3.5. Запрещается:

3.5.1. Проезжать на крышах, подножках, переходных площадках вагонов;

3.5.2. Высовываться из окон вагонов и дверей тамбуров на ходу поезда;

3.5.3. Стоять на подножках и переходных площадках, открывать двери вагонов на ходу поезда, задерживать открытие и закрытие автоматических дверей пригородных поездов; 3.5.4. Проезжать в грузовых поездах без специального разрешения;

3.5.5. Проезжать в поездах в нетрезвом состоянии;

3.5.6. Провозить в вагонах легковоспламеняющиеся и взрывчатые вещества;

3.5.7. Выходить из вагона на междупутье и стоять там при проходе встречного поезда; 3.5.8. Прыгать с платформы на железнодорожные пути;

3.5.9. Устраивать на платформе различные подвижные игры;

3.5.10. Курить в поездах;

3.5.11. Бежать по платформе рядом с вагонами уходящего или прибывающего поезда, а также находиться ближе двух метров от края платформы во время прохождения поезда без остановки;

3.5.12. Подходить к вагону до полной остановки поезда;

3.5.13. Самовольно без надобности останавливать поезд.

**4. Требования безопасности по окончании поездки**

**на железнодорожном транспорте**

4.1. Взять багаж и выйти из вагона на перрон;

4.2. Принять участие в перекличке группы;

4.3. Покинуть перрон только после разрешения руководителя.

**5. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

5.1. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом руководителю поездки.

5.2. При аварии поезда строго выполнять распоряжения руководителя.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией №13по безопасности при пользовании железнодорожным транспортом

 От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |

**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Педагогическим советом Директор ГАУ ДО ВО**

**Протокол № «СШ по ЗВС»**

 **С.А.Ракитин**

**От\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2023 г**

**ИНСТРУКЦИЯ-ПАМЯТКА № 14**

**по безопасности при авиаперелете**

**1. Пассажир на борту воздушного судна обязан:**

1.1. Соблюдать правила поведения на борту воздушного судна.

1.2. Безоговорочно выполнять требования командира воздушного судна и рекомендации других членов экипажа, связанные с обеспечением безопасности полета.

1.3. Занять место в салоне самолета в соответствии с посадочным талоном, а в случае необходимости, в целях обеспечения безопасности полета, — в соответствии с указанием членов экипажа воздушного судна;

1.4. Размещать ручную кладь и личные вещи в специально отведенных местах, указанных бортпроводником;

1.5. Застегнуть привязные ремни при включении табло «Застегните ремни» и оставлять их застегнутыми до выключения предупреждающего табло.

**2. Пассажиру запрещается:**

2.1. Создавать условия, некомфортные для остальных пассажиров;

2.2. Входить в кабину пилотов;

2.3. Отвлекать или создавать препятствия членам экипажа при выполнении ими своих обязанностей;

2.4. Пользоваться электронными приборами и средствами связи (в т. ч. мобильными телефонами) во время руления, взлета и посадки самолета;

2.5. Повреждать (выводить из строя) принадлежащее авиакомпании имущество или оборудование воздушного судна и/или выносить его с борта самолета;

2.6. Использовать аварийно-спасательное оборудование без соответствующих указаний экипажа;

2.7. Покидать свое место при рулении самолета, на этапах взлета, набора высоты, снижения и посадки при включенном табло «Застегните ремни»;

2.8. Совершать хулиганские поступки и действия;

2.9. Неуважительно и агрессивно относиться к другим пассажирам и членам экипажа (повышать голос, сквернословить в адрес окружающих пассажиров или оскорблять бортпроводников и т. п.);

2.10. Выходить из самолета без разрешения командира воздушного судна (членов экипажа);

2.11. Осуществлять другие неадекватные действия, которые могут создать угрозу здоровью и жизни пассажиров или повлиять на безопасность выполняемого полета.

2.12. Производить фото – видеосъемку членов экипажа воздушного судна и пассажиров без их согласия.

ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

С инструкцией-памяткой №14 по безопасности при авиаперелете

От «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2023 №\_\_\_\_\_

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Ф.И.О. | Должность | Дата | Подпись |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |