

Проверено и согласовано:

зам. директора по УВР

Белошайкина Л.В.

«Утверждаю»

Директор МБУ ДО ДДТ №2

Бикеева Т.В.

Пр. № 49п1 от 06.06.2019г.

**Инструкция № 33
по охране труда и технике безопасности при проведении занятий в творческих
объединениях хореографии, аэробики, гимнастики, каратэ.**

1. Общие требования.

1.1. К занятиям хореографией, аэробикой, гимнастикой, каратэ допускаются обучающиеся, представившие медицинскую справку, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья и прошедшие инструктаж по технике безопасности.

1.2. Опасность возникновения травмы:

- при выполнении упражнений на неисправном хореографическом станке, мокром и скользком полу;
- без предварительной подготовки и «разогрева»;
- при выполнении упражнений без страховки.

1.3. В спортивном зале должны быть огнетушители и аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помощи пострадавшему.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

2.1. Проветрить спортивный зал.

2.2. Протереть хореографический станок, проверить отсутствие заусениц и надежность крепления к стене.

2.3. Надеть спортивный костюм установленной формы и спортивную обувь, удобную для занятий.

2.4. Девочки должны собрать волосы и крепко закрепить их в «шишку», снять все украшения, часы, серьги.

3. Требования безопасности во время занятий.

3.1. Прежде, чем приступить к проучиванию танцевальных па, комбинаций, этюдов и т.д. каждый участник должен обязательно «разогреться».

3.2. Не выполнять трюки, кувырки и другие, сложные по технике исполнения партии без предварительной подготовки и без разрешения педагога.

3.3. При выполнении прыжков, приземляться мягко на носки, пружинисто, приседая.

3.4. Не стоять близко к хореографическому станку при выполнении упражнений другими обучающимися.

3.5. При поточном выполнении упражнений (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.

3.6. Всем обучающимся запрещено:

- виснуть и кувыркаться на станках;
- бегать по залу, фойе, лестнице, переваливаться через перила;
- кричать, шуметь, толкаться;
- играть в азартные игры, создавать конфликтные ситуации;
- выбегать раздетыми на улицу в перерывах между занятиями;

- мусорить, приносить семечки, орехи, жвачку, пить сырую воду из под крана, пить что-либо сразу после занятий;
- портить и ломать имущество творческого объединения и имущество учреждения.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

- 4.1. При появлении во время занятий боли в суставах рук, ног, а также при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить педагогу.
- 4.2. При получении обучающимися травмы немедленно оказать ему первую помощь, сообщить о случившемся администрации ДДТ №2, родителям. При необходимости доставить пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение.
- 4.3. При возникновении пожара немедленно прекратить занятия, эвакуировать участников из зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к ликвидации очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

5. Требования безопасности по окончании занятия.

- 5.1. Проветрить и привести в порядок спортивный зал.
- 5.2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
- 5.3. Отключить освещение, закрыть кабинет и сдать ключ на вахту.

Инструкцию разработала зам. директора по АХЧ



V.I. Черняева