**Техника безопасности на отделении самбо**

**Перед началом учебно-тренировочных занятий по самбо тренер-преподаватель обязан:**

Перед началом учебно-тренировочных занятий по самбо тренер-преподаватель обязан:

— проверить исправность сантехнического оборудования в душевых кабинах и туалетных комнатах;

— проверить исправность электроосвещения;

— подготовить спортивный зал, спортивное оборудование и инвентарь для безопасного и эффективного проведения тренировочного занятия;

— проверить закрепленные и используемые спортивные снаряды и оборудование.

Надеть спортивную форму и спортивную обувь, соответствующую виду спорта, сезону и погоде.

Проверить ковер для самбо на отсутствие посторонних предметов.

К учебно-тренировочным занятиям по самбо допускать обучающихся, прошедших медицинский осмотр и не имеющих противопоказаний по состоянию здоровья. Обучающиеся, не прошедшие медицинский осмотр, к учебно-тренировочным занятиям не допускаются.

Проверить внешний вид обучающихся. Проконтролировать, чтобы обучающиеся сняли с себя предметы, представляющие опасность, как для себя, так и для других обучающихся (часы, цепи, кольца, браслеты). Очки при работе в парах запрещены. Если есть брегеты на зубах, об этом должны быть предупреждены тренер-преподаватель и партнеры.

Допускать обучающихся после перенесенных травм и заболеваний к учебно-тренировочным занятиям только с разрешения врача.

Тренер-преподаватель по самбо не должен приступать к работе, если условия труда не соответствуют требованиям по охране труда или другим требованиям, регламентирующим безопасность обучающихся.

Тренер-преподаватель по самбо должен начинать учебно-тренировочное занятие с разминки.

Тренер-преподаватель по самбо несёт ответственность за жизнь и здоровье обучающихся во время проведения учебно-тренировочных занятий.

**Во время учебно-тренировочных занятий**

Не допускать до учебно-тренировочных занятий по самбо обучающихся без спортивной формы и спортивной обуви.

Не допускать до учебно-тренировочных занятий обучающихся с ярко выраженными признаками заболевания.

Перед проведением основной части учебно-тренировочного занятия делать разминку.

Вести постоянный контроль за индивидуальной дозировкой физических нагрузок обучающихся.

Организовать страховку обучающихся при выполнении учебных приемов.

Не допускать выполнения упражнений на неровном, скользком покрытии, не допускать падения обучающихся на руки.

Строго следить за соблюдением порядка и дисциплины во время проведения учебно-тренировочных занятий.

Громко и четко подавать все команды (сигналы) обучающимся.

Не оставлять обучающихся без присмотра в спортивном зале.

При ухудшении состояния здоровья, в том числе при проявлении признаков острого заболевания (отравления), тренер-преподаватель обязан немедленно остановить учебно-тренировочное занятие, известить об этом директора Учреждения, и обратиться в ближайший медпункт.

Запрещается курить, принимать пищу на рабочем месте.

Необходимо соблюдать правила поведения в помещениях спортсооружения и на его территории, пользоваться только установленными проходами.

**Требования в аварийных ситуациях.** При выполнении работ тренером-преподавателем по самбо возможно возникновение следующих аварийных ситуаций:

* повреждения и дефекты в конструкции зданий по причине физического износа, истечения срока эксплуатации;
* поражение электрическим током по причине неисправности электроприборов;
* технические проблемы с оборудованием по причине высокого износа оборудования;
* возникновение очагов пожара по причине нарушения требований пожарной безопасности.

Действия тренера-преподавателя при возникновении аварий и аварийных ситуаций.

При возникновении повреждений на ковре для самбо или в других местах проведения учебно-тренировочных занятий, необходимо прекратить проведение учебно-тренировочных занятий и сообщить о повреждениях директору Учреждения. Учебно-тренировочные занятия продолжить только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и (или) инвентаря.

При получении обучающимся травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом директору Учреждения и родителям (законным представителям) пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее медицинское учреждение.

При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре директору Учреждения и в пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

При несчастном случае, внезапном ухудшении здоровья, микротравме, необходимо оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь, сообщить о случившемся директору Учреждения и сохранить без изменений обстановку на рабочем месте до расследования, если она не создаст угрозу для обучающихся и не приведет к аварии.

При жалобе на плохое самочувствие немедленно направить обучающихся в медицинский кабинет.

Оказывая помощь пострадавшему при переломах костей, ушибах, растяжениях, надо обеспечить неподвижность поврежденной части тела с помощью наложения тугой повязки (шины), приложить холод. При открытых переломах необходимо сначала наложить повязку и только затем — шину.

При наличии ран необходимо наложить повязку, при артериальном кровотечении — наложить жгут.

Пострадавшему при травмировании, отравлении и внезапном заболевании должна быть оказана первая медицинская помощь и при необходимости организована его доставка в учреждение здравоохранения.

В случае обнаружения какой-либо неисправности, нарушающей нормальный режим учебно-тренировочного занятия, его необходимо остановить. Обо всех замеченных недостатках поставить в известность директора Учреждения.

**Требования к тренеру-преподавателю после окончания работы**

Убрать спортивный инвентарь и спортивное оборудование в отведенное для хранения место.

Проветрить спортивный зал, обесточить электроприборы, выключить освещение.

Обо всех недостатках, обнаруженных во время проведения учебно-тренировочного занятия поставить в известность администрацию Учреждения.

Убедиться в том, что все обучающиеся переоделись и покинули спортсооружение.

Снять спортивную одежду и спортивную обувь, принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.