

ДЕПАРТАМЕНТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЛИПЕЦКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДСКОЙ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «СПОРТИВНЫЙ»

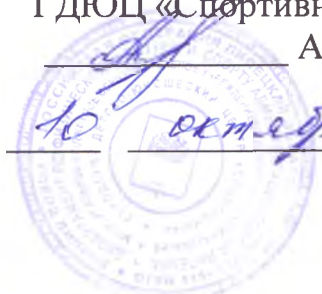
СОГЛАСОВАНО

председатель профсоюзной
организации работников МБОУДО
«ГДЮЦ «Спортивный»

 Г.В. Реутова
10 октября 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУДО
ГДЮЦ «Спортивный»

 А.С. Агбальян

10 октября 2025 г.

ИНСТРУКЦИЯ
для обучающихся по правилам безопасности
на занятиях по настольному теннису
ИОТ-089-10-10-2025

г. Липецк, 2025

1. Общие требования безопасности

1.1. Настоящая инструкция по правилам техники безопасности применяется обучающимися во время занятий по настольному теннису, которые проводятся в образовательной организации.

1.2. Для занятий по игре в настольный теннис допускаются обучающиеся, прошедшие медосмотр и инструктаж по правилам безопасности на занятиях по настольному теннису в соответствии с настоящей инструкцией.

1.3. Во время занятий настольным теннисом необходимо соблюдать расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.4. Во время занятий по настольному теннису может наблюдаться действие на обучающихся вредных и опасных факторов:

- травмирование в случае столкновения со столом;
- растяжение или разрыв сухожилий в области голеностопа;
- вывихи суставов рук и ног из-за ненадлежащей разминки;
- нарушение правил ведения игры, во время падений на мокром скользком полу или площадке;
- пребывание в зоне удара;
- расположение посторонних предметов рядом со столом;
- поврежденные ракетки;
- ведение игры на плохо закреплённом столе.

1.5. Во время занятий руководитель и обучающиеся обязаны строго соблюдать правила ведения спортивной игры и личной гигиены.

1.6. Занятия по настольному теннису следует проводить в спортивной одежде и обуви с нескользящей подошвой.

1.7. Руководителю занятий и обучающимся следует соблюдать правила противопожарной безопасности, знать, где расположены первичные средства пожаротушения.

1.8. У педагога должна быть медицинская аптечка, укомплектованная всеми необходимыми медикаментами и перевязочными материалами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.9. Занятия необходимо проводить на сухой площадке или сухом полу.

1.10. Весь используемый спортивный инвентарь должен храниться в соответствующих шкафах. При этом запрещается размещать на полке груз, общая масса которого превышает установленную для данной полки грузоподъемность.

1.11. При занятиях разрешается использовать только прошедшее освидетельствование (испытание) и принятое в эксплуатацию с оформлением соответствующих актов оборудование.

1.12. После перенесённых травмы или заболевания обучающиеся допускаются к занятиям только с разрешения врача (школы или поликлиники).

1.13. О каждом несчастном случае с обучающимся руководителю занятий следует незамедлительно докладывать администрации учреждения.

1.14. Лица, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по правилам безопасности на занятиях по настольному теннису, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами

внутреннего трудового распорядка образовательного учреждения и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий по настольному теннису

2.1. Перед тем, как начать занятия по теннису спортзал (учебный кабинет) следует хорошо проветрить.

2.2. Надеть спортивную форму и обувь с нескользящей подошвой.

2.3. Обучающиеся обязаны:

- разговаривать спокойным голосом;
- аккуратно сложить вещи в шкафчик, обувь поставить на нижнюю полку шкафчика;
- соблюдать дисциплину, строго выполнять правила поведения в раздевалке;
- выполнять все требования педагога, самовольно не предпринимать никаких действий.

2.4. Обучающимся запрещается:

- нарушать правила охраны труда в раздевалке;
- бегать, хлопать дверью, толкать друг друга;
- бросать различные предметы друг в друга, ломать дверцы шкафов и другую мебель, двигать без разрешения педагога скамейки, сидеть на нижней полке шкафчика.

2.5. Провести тщательную проверку на отсутствие посторонних предметов рядом со столом на полу или спортплощадке.

2.6. Провести осмотр надежной установки теннисного стола, исправности ракеток и шарика, натяжения сетки.

2.7. Внимательно прослушать инструктаж по технике безопасности и безопасным приемам игры в настольный теннис.

2.8. Выполнить физкультурную разминку.

3. Требования безопасности во время занятий по настольному теннису

3.1. Во время занятий рядом с игровыми столами не должны находиться посторонние лица.

3.2. Начинать игру, делать перерывы и завершать игру только по команде (сигналу) тренера.

3.3. Очень строго соблюдать игровую дисциплину, выполнять все правила ведения игры в теннис.

3.4. При прыжках, столкновениях и падениях использовать приёмы самостоятельной страховки.

3.5. Не играть мокрыми или влажными руками.

3.6. Следует избегать столкновений со столом и игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.

3.7. Четко и понятно подавать необходимые команды (сигналы).

3.8. Соблюдать рабочую тишину в зале, не отвлекаться на посторонние разговоры с партнёром.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. В случае плохого самочувствия следует остановить занятия и доложить об этом педагогу (тренеру).

4.2. При травмировании незамедлительно доложить о происшедшем педагогу.

4.3. Все участники занятия обязаны знать о методах профилактики спортивных травм и уметь оказывать первую помощь.

4.4. В случае неисправностей спортивного оборудования и инвентаря, следует прервать занятия и доложить об этом педагогу. Занятия по настольному теннису продолжать только после устранения всех неисправностей или замены спортивного оборудования и инвентаря.

4.5. При травмировании обучающегося тренеру-педагогу следует незамедлительно оказать первую помощь пострадавшему, доложить об этом администрации учреждения, доставить пострадавшего в медпункт.

4.6. В случае возгорания в спортзале (учебном кабинете) незамедлительно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, доложить о пожаре администрации и в ближайшую пожарную охрану по телефону 01 (101), если возможно, приступить к ликвидации пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

4.7. В случае угрозы или возникновения очага опасного воздействия техногенного характера, угрозы или приведения в исполнение террористического акта следует руководствоваться соответствующими инструкциями и Планом эвакуации.

5. Требования безопасности по окончании занятий по настольному теннису

5.1. Убрать спортивный инвентарь в места, предназначенные для его хранения.

5.2. Снять спортивную форму и обувь.

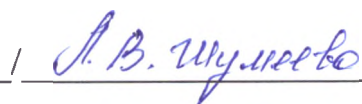
5.3. При возможности принять душ или хорошо вымыть лицо и руки с мылом.

5.4. Педагогу следует хорошо проветрить спортзал.

5.5. В помещении для проведения занятий должна ежедневно производиться влажная уборка.

5.5. Обучающимся о любых недостатках, замеченных во время занятий по игре, доложить педагогу (тренеру) образовательного учреждения.

Инструкцию разработал



Лист ознакомлений с инструкцией

[illegible]