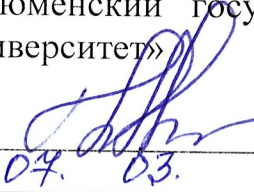


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тюменский государственный университет»


СОГЛАСОВАНО

Председатель первичной профсоюзной  
организации работников ФГАОУ ВО  
«Тюменский государственный  
университет»

  
Н.Д. Аппакова  
04. 03. 2023

УТВЕРЖДАЮ

Ректор ФГАОУ ВО «Тюменский  
государственный университет»

  
И.С. Романчук  
07. 03. 2023



## ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении занятий, физкультурно-оздоровительных  
и спортивно-массовых мероприятий  
на открытых спортивных площадках  
(ИОТ - 066 - 2023)

### 1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

1.1. Настоящая инструкция разработана на основе постановления Правительства Российской Федерации от 26.02.2022 г. № 255 «О разработке, утверждении и изменении нормативных правовых актов Федеральных органов исполнительной власти, содержащих государственные нормативные требования охраны труда», Приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29.10.2021 г. № 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем», постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», рекомендаций для проведения гимнастических упражнений, оздоровительной и лечебной физкультуры и является локальным

оздоровительной и лечебной физкультуры и является локальным нормативным актом по охране труда в ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет» (далее – Университет).

1.2. В холодный период года температурный режим для занятий на открытой площадке в соответствии с действующими санитарными требованиями должен составлять не ниже  $-16^{\circ}\text{C}$  без ветра, или  $-15^{\circ}\text{C}$  с ветром до 5 м/с, или  $-10^{\circ}\text{C}$  с ветром 6-10 м/с. При более низких температурах и сильном ветре занятия на открытой площадке проводить запрещено.

1.3. В случае необходимости проведения занятий следует строго придерживаться гигиенических правил по предупреждению перегревания и обморожения.

1.4. Оборудование, находящееся на спортивной площадке, должно быть надежно закреплено и находиться в исправном состоянии.

1.5. К самостоятельной работе в качестве тренера-преподавателя по спорту, старшего тренера-преподавателя по спорту, инструктора по спорту (далее – тренер-преподаватель) допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний, прошедшие:

- вводный инструктаж по охране труда;
- первичный инструктаж на рабочем месте;
- инструктаж по пожарной безопасности;
- инструктаж по электробезопасности для не электротехнического персонала в объеме 1 группы по электробезопасности;
- обучение и проверку знания требований охраны труда;
- обучение по оказанию первой помощи пострадавшим.

1.6. В процессе работы на тренера-преподавателя могут воздействовать следующие опасные и вредные производственные факторы:

- острые кромки, заусенцы и неровности поверхностей, оборудования, инструмента, инвентаря;
- повышенная или пониженная температура воздуха;
- морально-психологические перегрузки;
- физические перегрузки.

1.7. Во время работы тренер-преподаватель обязан проходить:

- повторный инструктаж по программе первичного инструктажа на рабочем месте не реже одного раза в полгода;
- обучение и проверку знания требований охраны труда один раз в три года;
- обучение по оказанию первой помощи пострадавшим один раз в три года;
- периодический медицинский осмотр один раз в год.

1.8. Тренер-преподаватель, не прошедший проверку знания в установленные сроки, к самостоятельной работе не допускается.

1.9. Тренер-преподаватель в процессе выполнения работ должен:

- проверить состояние спортивной площадки на соответствие

санитарно-гигиеническим требованиям;

- знать и соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, требования настоящей инструкции, правила личной гигиены;

- владеть приемами оказания первой помощи, знать место расположения медицинской аптечки и медицинского кабинета в подразделении/корпусе университета;

- знать место расположения первичных средств пожаротушения, уметь ими пользоваться;

- принимать пищу, отдыхать только в специально отведенных для этого местах;

- содержать рабочее место в чистоте;

- выполнять только ту работу, которая ему поручена и не передавать ее другим лицам;

- находиться в спортивной форме и обуви, с учетом всех санитарно-гигиенических норм к одежде и месту проведения занятий (выполнения работ), а также следить за выполнением этих требований обучающимися, посетителями, занимающимися спортом (далее – занимающийся);

- знать степень физической подготовленности и функциональные возможности каждого занимающегося;

- знать и применять на практике правила эксплуатации спортивного инвентаря и своевременно проверять исправность используемого оборудования и инвентаря;

- во время работы быть внимательным, не отвлекаться, не допускать на рабочее место лиц, не имеющих отношение к работе.

1.10. Тренеру-преподавателю запрещается:

- выполнять работы, не входящие в круг его должностных обязанностей;

- работать с неисправным инвентарем/оборудованием, с применением небезопасных методов;

- допускать к занятиям лиц, находящихся в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения, с агрессивным поведением, не отвечающих санитарно-гигиеническим требованиям, малолетних детей без сопровождения взрослых, посетителей с животными;

- распивать спиртные напитки, употреблять психотропные, токсические или наркотические вещества на рабочем месте или в рабочее время, а также появляться или находиться на территории университета в состоянии опьянения, состоянии, вызванном употреблением наркотических средств, психотропных или токсичных веществ, с остаточными явлениями опьянения;

- производить работы в болезненном состоянии, при переутомлении;

- самовольно ремонтировать электроприборы, сетевую проводку, другую технику и оборудование;

- покидать рабочее место, не предупредив непосредственного

руководителя.

1.11. Тренер-преподаватель несет ответственность за сохранность жизни и здоровья занимающихся во время всего учебно-тренировочного процесса, проводимого мероприятия/занятия.

1.12. К занятиям и к спортивно-массовым мероприятиям в качестве участников допускаются лица/занимающиеся, не имеющие медицинских противопоказаний и прошедшие инструктаж по охране труда/правилам безопасности.

1.13. При занятиях на футбольном поле и лыжным спортом.

1.13.1. Футбольное поле должно быть:

- без посторонних предметов;
- ровным, покрытым плотным однородным газоном, сформированным из естественного травяного или искусственного покрытия (зеленого цвета).

1.13.2. При проведении занятий на футбольном поле и по лыжному спорту:

- предусмотреть наличие медицинской аптечки с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах, микротравмах;

- соблюдать правила безопасности при занятиях на спортивной площадке;

- лыжня должна быть нарезана;

- соблюдать дисциплину и правила поведения, расписание учебно-тренировочных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.14. При проведении занятий по лыжному спорту следует учитывать возможность воздействия следующих факторов:

- травмы при ненадежном креплении лыж к обуви;
- потертости ног при неправильном подборе лыжных ботинок;
- травмы при неправильной эксплуатации лыжных палок;
- травмы при падении во время спуска с горы или при прыжках с лыжного трамплина;

- травмы при неправильном снятии и перемещении лыжного инвентаря и оборудования.

1.15. О замеченных нарушениях требований безопасности на своем рабочем месте, а также о неисправностях оборудования тренер-преподаватель должен сообщить своему непосредственному руководителю.

1.16. К занятиям допускаются занимающиеся:

- отнесенные по состоянию здоровья к основной или подготовительной медицинской группе;

- прошедшие инструктаж по охране труда/правилам безопасности при посещении спортивной площадки;

- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений, соответствующую теме и условиям проведения занятий.

1.17. Каждый занимающийся должен:

- заходить на спортивную площадку, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения тренера-преподавателя;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- иметь коротко остриженные ногти на руках, во избежание получения травм и микротравм;
- знать и выполнять требования безопасности и настоящую инструкцию.

1.18. Занимающийся должен выполнять основные требования о мерах пожарной безопасности на спортивных площадках.

1.19. Занимающийся должен поставить в известность тренера-преподавателя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью занимающихся и/или работников Университета.

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

1.21. Тренер-преподаватель несет персональную ответственность за невыполнение требований настоящей инструкции. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкций по охране труда, подвергаются дисциплинарному взысканию в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, внеочередной проверке знания требований охраны труда.

## 2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

2.1. По прибытии на работу тренеру-преподавателю следует переодеться, оставить верхнюю одежду, обувь, головной убор в гардеробной или иных местах, предназначенных для хранения верхней одежды.

2.2. Надеть спортивную одежду и обувь, убедиться в исправности и чистоте спортивной одежды и обуви. Одежда (шапка, перчатки, спортивный костюм, куртка и пр.) должны соответствовать погодно-климатическим и температурным условиям. Спортивная одежда не должна иметь развевающихся концов. Обувь должна быть на подошве, исключающей скольжение, плотно облегать ногу и не затруднять кровообращение.

2.3. Занятия на открытой площадке проводятся под руководством тренера-преподавателя.

2.4. Тренер-преподаватель должен проверить исправность оборудования и инвентаря, которое требуется ему для выполнения работ, а также надежность установки и крепления стоек и перекладин футбольных ворот, баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования, не приступать к работе при обнаружении неисправности оборудования/инвентаря.

2.5. На рабочем месте тренера-преподавателя не должны находиться неиспользуемые в работе приспособления, оборудование, инвентарь.

2.6. Обо всех замечаниях и неисправности оборудования/инвентаря тренер-преподаватель обязан сообщить своему непосредственному руководителю.

2.7. Перед каждым занятием тренер-преподаватель должен провести инструктаж по правилам безопасности при занятиях на открытой площадке.

2.8. Каждый занимающийся должен:

- переодеться в раздевалке;
- надеть на себя форму и обувь в соответствии с погодноклиматическими и температурными условиями (спортивная шапочка, легкая, теплая, не стесняющая движений одежда, носки, перчатки или варежки и т.д.);
- снять с себя предметы, представляющие опасность для себя и других занимающихся (кольца, часы, браслеты, висячие сережки и т.д.);
- убрать из карманов спортивной формы колющие, режущие и другие посторонние предметы;
- проверить исправность используемого инвентаря;
- перед занятиями по лыжному спорту проверить исправность лыжного инвентаря и подогнать крепление лыж к обуви. Лыжные ботинки подбираются по размеру ноги;
- под руководством тренера-преподавателя подготовить инвентарь и оборудование, необходимое для проведения занятий;
- убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии;
- организованно выйти с тренером-преподавателем через центральный выход здания или запасный выход спортзала на место проведения занятий;
- по команде тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

### 3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

3.1. Выполнять только ту работу, по которой тренер-преподаватель прошел обучение, инструктаж по охране труда, которая прописана в его должностной инструкции и к которой он допущен непосредственным руководителем.

3.2. Не допускать выполнение работ на неисправном спортивном оборудовании.

3.3. Во время работы тренер-преподаватель должен быть внимательным, не допускать спешки и выполнять работу с учетом использования безопасных методов и приемов.

3.4. Тренер-преподаватель должен:

- контролировать соблюдение правил безопасного поведения занимающимися в раздевалках, спортивной площадке, месте проведения

занятий;

- обеспечить безопасное проведение учебно-тренировочного процесса;
- проводить тщательный осмотр места проведения занятия;
- проверить исправность спортивного инвентаря, надежность установки и крепления оборудования;
- предусматривать меры безопасности при выполнении физических упражнений.

3.5. Соблюдать правила перемещения в подразделении и на всей территории Университета, пользоваться только установленными проходами.

3.6. Занятия на открытых площадках проводятся под руководством тренера-преподавателя.

3.7. При использовании различных аппаратов и приспособлений необходимо руководствоваться правилами, инструкциями, изложенными в технических паспортах, прилагаемых к аппаратам. Тренер-преподаватель не должен пользоваться теми или иными приборами без предварительного обучения работе с ними.

3.8. Каждый занимающийся должен:

- соблюдать режим работы и отдыха;
- внимательно слушать объяснение техники выполнения упражнений и аккуратно приступить к выполнению заданий тренера-преподавателя;
- брать спортивный инвентарь только с разрешения тренера-преподавателя;
- использовать оборудование и инвентарь только по назначению;
- при выполнении упражнений потоком соблюдать достаточные интервалы и дистанции;
- при перемещениях по спортивной площадке и выполнении упражнений избегать столкновений с другими занимающимися, спортивным инвентарем;
- во время занятий лыжным спортом дистанция при движении на лыжах по трассе 3-4 метра, при спусках с горы – не менее 30 метров;
- не использовать лыжные палки для касаний друг друга во время подвижных игр и эстафет;
- при спуске с горы не выставлять вперед или в стороны лыжные палки;
- после спуска с горы не останавливаться у подножия горы во избежание столкновений с другими занимающимися;
- не пересекать лыжню, по которой передвигаются катающиеся или спускающиеся со склона занимающиеся;
- при необходимости быстрой остановки: присесть и упасть на бок, держа палки сзади;
- соблюдать на дистанции визуальный и звуковой контроль между лыжниками в пределах видимости и слышимости для предотвращения внештатных ситуаций и оперативного оказания помощи;
- следить за наличием предметов одежды, как на себе, так и на других

лыжниках (не рекомендуется: снимать шапку или варежки, расстегивать одежду);

- производить визуальный осмотр состояния здоровья всех занимающихся на наличие или отсутствие обморожений и иных повреждений, а при необходимости немедленно сообщать тренеру-преподавателю;

- не покидать территорию спортивной площадки без разрешения тренера-преподавателя.

### 3.9. При занятиях футболом.

3.9.1. Тренер-преподаватель должен следить за тем, чтобы занимающиеся:

- не сталкивались, видели соперников и партнеров;
- не передавали мяч с близкого расстояния и если его не видит другой игрок;

- не толкались в спину, не пинали мяч в спину, живот, руки партнера, другого занимающегося;

- не толкали занимающегося, подающего мяч в ворота;

- во время передач мяча не толкали друг друга, не ставили подножек;

- не били занимающегося ногой, рукой, не прыгали на занимающегося.

### 3.9.2. Занимающиеся должны:

- соблюдать указания тренера-преподавателя;

- во время игры соблюдать правила игры;

- при передаче мяча убедиться, что партнер/другой занимающийся готов к приему мяча;

- соизмерять силу передачи в зависимости от расстояния до партнера;

- не передавать мяч в руки, живот, колени другого занимающегося;

- при приеме мяча следить за его движением, принимать его встречным движением ног на ступни;

- соблюдать интервал и дистанцию;

- использовать спортивное оборудование и инвентарь только по назначению;

- бережно относиться к спортивному оборудованию и инвентарю;

- по свистку прекращать игровые действия.

Запрещается:

- толкать друг друга, ставить подножки или пытаться сделать подножку, бить или пытаться ударить по ногам и рукам, прыгать на соперников; хватать игроков соперника, задерживать их продвижение;

- во время передачи мяча дразнить соперника/другого занимающегося, размахивать руками перед его глазами;

- сидеть/стоять на мяче;

- виснуть на каркасе футбольных ворот.

## 4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ



4.1. О каждом несчастном случае, очевидцем которого был тренер-преподаватель, он должен немедленно сообщить непосредственному руководителю или в службу охраны труда; пострадавшему оказать первую помощь, вызвать скорую помощь и доставить пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение. Если несчастный случай произошел с самим работником, он должен, по возможности, обратиться в медицинское учреждение, сообщить о случившемся непосредственному руководителю или в службу охраны труда, или попросить сделать это кого-либо из окружающих.

4.2. В аварийной обстановке оповестить об опасности окружающих людей, доложить непосредственному руководителю о случившемся и действовать в соответствии с полученными указаниями. При угрозе жизни организовать эвакуацию лиц, находящихся непосредственно в зоне опасности, покинуть помещение/спортивную площадку.

4.3. При жалобе на недомогание или плохое самочувствие занимающегося немедленно прекратить занятия, порекомендовать занимающегося другому тренеру-преподавателю, сопроводить занимающегося, которому стало плохо, к медицинскому работнику или, при необходимости, вызвать скорую помощь или оказать первую помощь своими силами.

4.4. В случае нападения, совершения хулиганских и иных противоправных действий в отношении тренера-преподавателя, других работников, обучающихся, посетителей подразделения или имущества Университета тренер-преподаватель должен:

- сообщить о нападении, хулиганских действиях непосредственному руководителю;

- действовать согласно имеющемуся алгоритму действий в ЧС.

4.5. В случае обнаружения пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры в помещении и т.п.) тренер-преподаватель должен:

- прекратить работу;

- по возможности отключить электрооборудование;

- нажать кнопку пожарной сигнализации и подать сигнал о пожаре;

- сообщить о случившемся своему непосредственному руководителю;

- немедленно вызвать пожарную охрану по телефону 01 (при этом необходимо назвать адрес объекта, место возникновения пожара, а также сообщить свою фамилию, имя, отчество, телефон);

- принять меры по эвакуации людей;

- принять, по возможности, меры по тушению пожара (используя имеющиеся средства пожаротушения) и сохранности материальных ценностей.

4.6. При получении травмы или резком ухудшении самочувствия занимающегося, немедленно прекратить занятия, оперативно известить непосредственное руководство о несчастном случае, оказать пострадавшему первую помощь или вызвать скорую помощь.

4.7. При несчастном случае немедленно освободить пострадавшего от действия травмирующего фактора, соблюдая собственную безопасность, оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости, вызвать бригаду скорой помощи по телефону 103 или 112. По возможности сохранить обстановку, при которой произошел несчастный случай, если это не угрожает жизни и здоровью окружающих, для проведения расследования причин возникновения несчастного случая, зафиксировать на фото или видео. Сообщить о случившемся непосредственному руководителю.

4.8. В случае получения травмы тренером-преподавателем, тренер-преподаватель должен прекратить работу, по возможности, оказать себе первую помощь и поставить в известность непосредственного руководителя или попросить сделать это окружающих.

4.9. При различных повреждениях, сохраняя спокойствие и выдержку, принять меры по оказанию первой помощи пострадавшему до прибытия скорой помощи или медицинского работника:

- ссадина – промыть рану пострадавшего дезинфицирующим раствором, обработать ее «Бриллиантовым зеленым» раствором спиртовым 1% или йодом, наложить стерильную повязку;

- порез – промыть рану пострадавшего дезинфицирующим раствором, обработать ее по краям йодом, наложить стерильную повязку;

- кровотечение при ранении – при сильном кровотечении придать поврежденной поверхности пострадавшего приподнятое положение, наложить жгут выше места кровотечения, ранения. Место наложения жгута покрыть слоем марли. Сразу же после наложения повязки следует ее зафиксировать и написать в записке дату, точное время, положить эту записку под жгут;

- кровотечение из носа – пострадавшему необходимо сесть, голову наклонить вперед, прижав подбородок к груди, приложить к переносице смоченный холодной водой носовой платок либо лед, завернутый в салфетку, можно закапать в нос сосудосуживающие капли от насморка;

- ушиб – наложить пострадавшему холодный компресс, забинтовать место ушиба;

- вывих – наложить пострадавшему холодный компресс, сделать тугую повязку, зафиксировать сустав, создав полную неподвижность сустава и немедленно госпитализировать (вправлять вывих самостоятельно запрещено!);

- растяжение – наложить на болезненную область пострадавшего холодный компресс на 10-15 мин. Если отек не уменьшился, то менять холодные компрессы каждые 15 минут пока отек не уменьшится. На конечность наложить плотную повязку. Доставить пострадавшего в медицинское учреждение;

- перелом – открытый: остановить кровотечение, уменьшить подвижность отломков костей, зафиксировав травмированное место, в месте перелома положить стерильную повязку и наложить шину, захватывая не менее двух суставов (выше и ниже места перелома), под шину положить что-

либо мягкое, после чего шину необходимо плотно прибинтовать. Фиксировать конечности следует в том положении, в котором они находятся. Доставить пострадавшего в медицинское учреждение. При переломах позвоночника – необходима транспортировка на животе с подложенным под грудь валиком;

- поражение электрическим током – немедленно прекратить действие электрического тока, соблюдая личную безопасность, выключить рубильник, снять с пострадавшего провода сухой тряпкой. При оказании помощи необходимо быть осторожным и соблюдать меры личной безопасности, обернуть руки сухой тканью, встать на сухую доску или толстую резину,

- ожог – на место ожога наложить сухую повязку, дать пострадавшему теплое питье, при расстройстве или остановке дыхания пострадавшему провести искусственное дыхание;

- обморок – уложить пострадавшего на спину с несколько запрокинутой назад головой и приподнятыми нижними конечностями; обеспечить ему доступ свежего воздуха; расстегнуть воротник, пояс, одежду, дать понюхать нашатырный спирт, когда больной придет в сознание – предложить теплое питье.

- термический ожог – убрать поражающий фактор, разрезать одежду, поместить обожженную поверхность под струю холодной воды, провести обработку обожженной поверхности (компресс из влажных салфеток) и противошоковую терапию (дать обезболивающее);

- отравление – дать выпить несколько стаканов слабого раствора марганцовокислого калия; вызвать искусственную рвоту, дать слабительное, обложить грелками, дать обильное питье;

- сотрясение головного мозга – уложить на спину с приподнятой на подушке головой, на голову положить пузырь со льдом;

- повреждение органов брюшной полости – положить на спину, подложив в подколенную область сверток одежды и одеяла, положить на живот пузырь со льдом;

- при тепловом (солнечном) ударе – удалить пострадавшего из зоны повышенной температуры/солнечного излучения в прохладную зону; при необходимости снять с пострадавшего стесняющую верхнюю одежду, расстегнуть пуговицы кофты/рубашки, ослабить ремень; взбрызнуть пострадавшего водой и интенсивно обмахивать подручными приспособлениями: папкой, одеждой, полотенцем; наложить холодный компресс на грудь и голову пострадавшего и дать ему обильное питье;

- переохлаждение/обморожение – тепло укутать пострадавшего, в том числе его голову, при необходимости переодеть пострадавшего в сухую одежду, дать сладкое теплое питье, а также обезболивающее средство, обмороженные участки тела укутать в одеяла, доставить пострадавшего в лечебное учреждение.

#### 4.10. Каждый занимающийся должен:

- при получении травмы, ухудшении самочувствия или первых признаках обморожения прекратить занятия и поставить в известность тренера-преподавателя;

- с помощью тренера-преподавателя оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости доставить его в больницу или вызвать скорую помощь;

- при порче лыжного снаряжения и невозможности починить его в пути, сообщить об этом тренеру-преподавателю, с его разрешения двигаться к месту расположения базы;

- при возникновении пожара немедленно прекратить занятия, организованно под руководством тренера-преподавателя покинуть место проведения занятий;

- сообщить о пожаре в пожарную часть (по телефонам 101 или 112).

4.11. О всех нарушениях требований охраны труда, неисправностях и поломках спортивного оборудования и инвентаря, внештатных ситуациях (травма, ухудшение состояния здоровья, наличие постороннего подозрительного предмета, пожар и т.п.) немедленно проинформировать всех без исключения занимающихся, других тренеров-преподавателей, работников Университета.

## 5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТ

5.1. По окончании рабочего дня тренер-преподаватель должен:

- организовать занимающихся для уборки и сдачи спортивного инвентаря и оборудования в место его хранения;

- обеспечить проверку всех присутствующих на данной спортивной площадке;

- организованно вывести занимающихся с места проведения занятия;

- произвести тщательный осмотр места проведения занятия и покинуть место проведения занятий;

- произвести визуальный осмотр состояния здоровья занимающихся на наличие или отсутствие обморожений и иных повреждений.

Обо всех неисправностях, возникших в процессе работы, сообщить непосредственному руководителю.

5.2. В конце рабочего дня необходимо вымыть руки теплой водой с мылом, по возможности, принять душ.

5.3. Не допускается нахождение работника на рабочем месте, в производственных помещениях, на территории подразделения и на территории Университета после окончания рабочего дня без разрешения непосредственного руководителя (за исключением аварийной ситуации).

5.4. Каждый занимающийся должен:

- под руководством тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь и оборудование в места его хранения;

- обеспечить тренеру-преподавателю проверку всех присутствующих на данной спортплощадке;

- организованно покинуть место проведения занятия, мероприятия;
- переодеться в раздевалке: снять спортивный костюм и спортивную обувь;

- вымыть с мылом лицо и руки, по возможности, принять душ.

5.5. После занятий лыжным спортом каждый занимающийся должен:

- очистить снег с лыжного инвентаря, сдать инвентарь в места его хранения;

- утолять жажду только теплой водой или горячим чаем, морсом, кофе;

- переодеваясь в раздевалке, снять спортивный костюм (спортивную форму) и спортивную обувь;

- вымыть с мылом лицо и руки, по возможности, принять душ;

- переодеться в чистую, сухую одежду, сменить обувь.