**Инструкция № 20 -ОТ**

**о проведении инструктажа со спортсменами,**

**занимающимися в отделении велосипедного спорта**

1. В целях предупреждения случаев травматизма и профессиональных заболеваний, в МБУ «КСШ «Лидер-Электросталь» (далее Школа) проводится инструктирование и обучение лиц, занимающихся в отделении велоспорта безопасным приёмам и методам поведения при посещении занятий в соответствии с требованиями ГОСТа 12.0.004-79.

2. Все лица, принимаемые для занятий в отделение велоспорта, обязаны получить вводный инструктаж, независимо от возраста и стажа занятий другими видами спорта.

3. Вводный инструктаж преследует цель – дать вновь поступающему для занятий в отделении знания, позволяющие ему свободно ориентироваться в окружающей обстановке, ознакомить с опасностями, которые могут возникнуть при занятиях правилами и мерами предосторожности на территории места проведения тренировок.

4. Спортсмены, прибывающие на тренировку, обязаны:

- явиться к месту сбора не позднее, чем за 15 минут до её начала;

- иметь при себе необходимую спортивную экипировку;

- выяснить у тренера план тренировки и получить необходимый спортивный инвентарь;

- перед началом тренировки построиться в помещении городского лыжного центра и сообщить тренеру о своей готовности;

- ознакомиться с правилами внутреннего распорядка мест проведения тренировок (городской лыжный центр, спортивный зал СОШ №3, бассейн) и строго выполнять их;

- знать номер телефона и порядок вызова пожарной охраны (112), направление путей эвакуации и места расположения средств пожаротушения:

- соблюдать правила пожарной безопасности в местах проведения тренировок;

- соблюдать правила дорожного движения при следовании к месту проведения тренировок и на тренировках на проезжей части дороги;

- соблюдать правила поведения на воде при тренировках в бассейне;

- при плохом самочувствии, получении травмы, потере или поломке спортивного инвентаря, поставить в известность тренера;

- неукоснительно выполнять все указания тренера во время проведения занятий, осуществлении следования к месту её проведения и на обратном пути;

- сдать спортивный инвентарь после окончания тренировочного занятия.

Исп. Тренер по велоспорту Кондратьева Е.В.

тел. 8 916 859 84 74