


СОГЛАСОВАНО

Председатель профкома
ГБОУ АО «Школа-интернат № 3
для обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья»


О.Ф. Тюрина
«05» сентября 2016 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор
ГБОУ АО «Школа-интернат № 3
для обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья»


И.В. Рябов
«06» сентября 2016 г.



**ИНСТРУКЦИЯ
ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО ГИМНАСТИКЕ**

ИОТ-026-2016

1. Общие требования охраны труда

1.1. Инструкция составлена в соответствии с требованиями Приложения «Методические рекомендации по разработке государственных нормативных требований охраны труда» к постановлению Министерства труда и социального развития РФ от 17.12.2002 г. №80 и Методических рекомендаций по разработке инструкций по охране труда, утв. Министерством труда и социального развития РФ 13.05.2004 г.

1.2. К занятиям гимнастикой допускаются обучающиеся, воспитанники школьного возраста с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.3. При проведении занятий по гимнастике соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.4. При проведении занятий по гимнастике возможно воздействие на обучающихся, воспитанников следующих опасных факторов:

- травмы при выполнении упражнений на неисправных спортивных снарядах, а также при выполнении упражнений без страховки;
- травмы при выполнении упражнений на спортивных снарядах с влажными ладонями, а также на загрязненных снарядах;
- травмы при выполнении гимнастических упражнений без использования гимнастических матов.

1.5. В спортивном зале должна быть медаптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.6. При проведении занятий по гимнастике в спортивном зале соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Спортивный зал должен быть обеспечен двумя огнетушителями.

1.7. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю (руководителю занятий), который сообщает об этом администрации общеобразовательной организации. При неисправности спортивного оборудования прекратить занятия и сообщить об этом учителю (руководителю занятий).

1.8. В процессе занятий обучающиеся, воспитанники должны соблюдать порядок выполнения упражнений и правила личной гигиены.

1.9. Обучающиеся, воспитанники, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися, воспитанниками проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования охраны труда перед началом занятий

2.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Протереть гриф перекладины сухой ветошью и зачистить мелкой наждачной бумагой, проветрить спортивный зал.

2.3. Проверить надежность крепления перекладины, крепления опор гимнастического «коня» и «козла», крепление стопорных винтов брусев.

2.4.В местах скоков со снарядов положить гимнастические маты так, чтобы поверхность была ровной.

3.Требования охраны труда во время занятий

3.1.Не выполнять упражнения на спортивных снарядах без учителя (руководителя занятий), а также без страховки.

3.2.Не выполнять упражнения на спортивных снарядах с влажными ладонями.

3.3.Не стоять близко к спортивному снаряду при выполнении упражнений другим обучающимся, воспитанником.

3.4.При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов приземляться мягко, на носки ступней, пружинисто приседая.

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

4.Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1.При появлении во время занятий боли в руках, покраснение кожи или потертостей на ладонях, а также при плохом самочувствии, прекратить занятия и сообщить об этом учителю (руководителю занятий).

4.2.При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать обучающихся из спортивного зала, сообщить о пожаре администрации образовательной организации и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

4.3.При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации образовательной организации, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

5.Требования охраны труда по окончании занятий

5.1.Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

5.2.Протереть гриф перекладины сухой ветошью и зачистить мелкой наждачной бумагой, проветрить спортивный зал.

5.3.Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.4.Принять душ или тщательно вымыть руки и лицо с мылом.