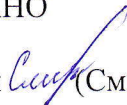


МКОУ «Усть-Салдинская СОШ»
(наименование организации)

СОГЛАСОВАНО
Председатель
Совета школы  (Смирнова О.В.)

(наименование должности руководителя
профсоюзного либо иного
уполномоченного работниками органа,
подпись, её расшифровка,
дата согласования)
« 29 » августа 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор школы  (Русаков П.А.)

(наименование должности
работодателя, подпись, её
расшифровка, дата утверждения)
« 29 » августа 2017 г.



ИНСТРУКЦИЯ

ПО ОХРАНЕ ТРУДА НА ЗАНЯТИЯХ ГИМНАСТИКОЙ

(наименование профессии либо вида работ)

ИОТ – 017 – 2017

(обозначение)

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА НА ЗАНЯТИЯХ ГИМНАСТИКОЙ. ИОТ – 017 - 2017

1. Общие требования безопасности.

1.1. К занятиям гимнастикой допускаются лица , прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. Опасные факторы:

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

1.3. Спортивный зал должен быть обеспечен огнетушителями и аптечкой , укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.4. После выполнения упражнений по гимнастике принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

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

2.2. Протереть гриф перекладины сухой тряпкой и зачистить шкуркой.

2.3. Проверить надежность крепления перекладины , крепления опор гимнастического коня и козла , закрепление стопорных винтов брусьев.

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

3. Требования безопасности во время занятий.

3.1. Не выполнять упражнений на спортивных снарядах без учителя (преподавателя) или его помощника , а также без страховки.

3.2. При выполнении прыжков и соскоков со снаряда приземляться мягко на носки ступней , пружинисто приседая.

3.3. Не стоять близко к снаряду при выполнении упражнений другими учащимися.

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

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

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

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

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

4.3. При получении учащимся травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему , сообщить об этом администрации учреждения и родителям пострадавшего , при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании занятий.

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

5.2. Протереть гриф перекладины сухой тряпкой и зачистить шкуркой.

- 5.3. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
5.4. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Заведующий спортивным залом Лила В. Я. Луц

СОГЛАСОВАНО

Заместитель руководителя

Учреждения по учебной работе

Монф-Мамасва М. В.