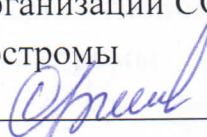


Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №29»

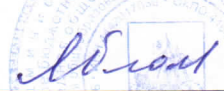
«СОГЛАСОВАНО»

Председатель профсоюзной
Организации СОШ №29 города
Костромы


_____ Е.С.Орлова
« » _____ 2014г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор СОШ №29 города
Костромы


_____ М.Г.Яблокова
« » _____ 2014г.



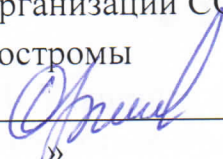
**Инструкция по охране труда
при проведении занятий по лыжам № 36**

2014г

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №29»

«СОГЛАСОВАНО»

Председатель профсоюзной
Организации СОШ №29 города
Костромы

 Е.С.Орлова
« » 2014г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор СОШ №29 города
Костромы

 М.Г.Яблокова
« » 2014г.

**Инструкция по охране труда
при проведении занятий по лыжам № 36**

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям по лыжам допускаются дети дошкольного возраста и учащиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий по лыжам соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по лыжам возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- воздействие пониженной температуры (обморожении)

участники	ТЕМПЕРАТУРНЫЕ НОРМЫ И ПОГОДНЫЕ УСЛОВИЯ			
	безветренн о	Ветер(до 5 м/с)	Сильн.ветер (6-10м/с)	пурга
Дети 7-12 лет	-5	-8	Занятия запрещены	Занятия запрещены
Дети 7-13 лет	-12	-8	-5 занятия только вблизи жилищ до 30мин.	Занятия запрещены
Подростки 14-15 лет	-15	-12	-8 занятия только вблизи жилищ до 30мин.	Занятия запрещены
Юноши 16-17 лет	-16	-15	-10 занятия только вблизи жилищ до 30мин.	Занятия запрещены
Сдающие нормативные кмпл.Г.Т.О. и степ.	-20	-18	-12-15 занятия только вблизи жилищ до 30мин.	Занятия запрещены

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

1.4. При проведении занятий по лыжам должна быть медаптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.5. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая

обязан немедленно сообщить учителю, который сообщает об этом администрации учреждения. При неисправности лыжного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом учителю .

1.6. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать установленный порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Учащийся должен:

переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь; снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (серьги, браслеты, часы и т. д.);

убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы;

под руководством учителя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;

по команде учителя встать в строй для общего построения.

2.2. Надеть легкую, теплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки и перчатки или варежки.

2.3. Проверить исправность лыжного инвентаря и подогнать крепление лыж обуви. Лыжные ботинки должны быть подобраны по размеру ноги.

2.4. Проверить подготовленность лыжни или трассы, отсутствие в месте проведения занятий опасностей, которые могут привести к травме.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Соблюдать интервал при движении на лыжах по дистанции 3-4 м при спусках с горы - не менее 30 м.

3.2. При спуске с горы не выставлять вперед лыжные палки.

3.3. После спуска с горы не останавливаться у подножия горы во избежание столкновений с другими лыжниками.

3.4. Следить друг за другом и немедленно сообщить учителю о первых же признаках обморожения.

3.5. Во избежание потертостей ног не ходить на лыжах в тесной слишком свободной обуви.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При поломке или порче лыжного снаряжения и невозможность починить его в пути, сообщить об этом учителю и с его разрешения двигаться к месту расположения учреждения.

4.2. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, сообщить об этом учителю .

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

5. Требования безопасности по окончании занятий

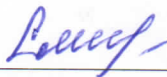
- 5.1. Проверить по списку наличие всех обучающихся.
- 5.2. Организованно покинуть место проведения занятий.
- 5.2. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

Инструкцию разработал заведующий
Спортзалом



Пургин А.В.

Согласовано со специалистом по ОТ



Смирновой И.Л.