«Согласовано»		«Утверждаю»	
Предс. профкома	/ В.Ф. Бровина	Директор школы	/ Г.Е. Махотина
		01 09 2011 г	

## ИНСТРУКЦИЯ № 24

# по охране труда для обучающихся во время занятий в спортивном зале

#### 1. Общие требования охраны труда

- 1.1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, занимающихся в спортивном зале.
- 1.2. К занятиям физической культурой допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.
- 1.3. В спортивном зале заниматься только в спортивной одежде и обуви с нескользкой подошвой.
- 1.4. Не входить в спортивный зал в верхней одежде.
- 1.5. Соблюдать личную гигиену (следить за чистотой тела, коротко остригать ногти).
- 1.6. Не заносить в спортзал портфели и сумки.
- 1.7. Травмоопасность в спортивном зале:
  - при включении электроосвещения (поражение электротоком);
  - при несоблюдении ОТ (травмирование рук, суставов, ушибы);
  - при работе на неисправных и неподготовленных спортивных снарядах.

## 2. Требования охраны труда перед началом занятий

- 2.1. Переодеться в спортивную одежду в раздевалке.
- 2.2. Не входить в спортивный зал без разрешения учителя
- 2.3. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, войти в спортзал.
- 2.4. Не включать самостоятельно электроосвещение.
- 2.5. Не открывать дверь для проветривания без указания учителя.
- 2.6. Не передвигать спортивное оборудование и снаряды без указания учителя.
- 2.7. Внимательно прослушать инструктаж по ОТ на данном занятии.

#### 3. Требования охраны труда во время занятий

- 3.1. Не приступать к выполнению упражнений и учебных заданий без команды учителя.
- 3.2. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах без подложенных матов.
- 3.3. Перед работой на снарядах протереть их сухой чистой тканью
- 3.4. Не забывайте о подстраховке друг друга во время выполнения упражнений.
- 3.5. Нельзя метать мячи навстречу друг другу, в работе пары должен быть один мяч.
- 3.6. Не выполняйте упражнения, не предусмотренные заданием учителя.
- 3.7. Соблюдайте дисциплину и порядок на уроке.
- 3.8. Не уходите с занятий без разрешения учителя.
- 3.9. Перед выполнением упражнения убедитесь в отсутствии близко стоящих к снаряду учащихся.

## 4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

- 4.1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратите занятия и сообщите об этом учителю.
- 4.2. В случае травматизма сообщите учителю, он окажет вам первую помощь.
- 4.3. При возникновении аварийных ситуаций, пожара, по указанию учителя быстро, без паники, покиньте помещение спортивного зала.

## 5. Требования охраны труда по окончании занятий

- 5.1. Выходите из спортзала по команде учителя спокойно, не торопясь.
- 5.2. Вымойте с мылом руки, умойтесь.
- 5.3. Снимите спортивную форму, обувь, используйте её только для занятий спортом.
- 5.4. Обо всех недостатках, замеченных вами во время занятий, сообщите учителю.

Инструкция составлена зам. директора по УВР	/ Я.В. Куликова