**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**Самарской области средняя общеобразовательная школа**

**«Образовательный центр имени В.Н. Татищева» с. Челно-Вершины**

**муниципального района Челно-Вершинский Самарской области**

**СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДАЮ**

**Председатель профкома Директор школы**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.А. Сергеева \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Н.В. Моисеева**

**ИНСТРУКЦИЯ № 68**   
**по охране труда для учителя физической культуры при проведении занятий по лыжам**

ИОТ – 068- 2022

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. К занятиям на лыжах допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

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

1.3. Обучающиеся должны одеваться в соответствии с температурой внешней окружающей среды, чтобы избежать обморожений.

1.4. Обучающиеся должны быть предельно осторожными, чтобы избежать травм при падении во время катания на лыжах.

1.5. Обучающиеся должны проверять крепление лыж к обуви, чтобы избежать травм.

1.6. Обучающиеся должны правильно подогнать лыжные ботинки, чтобы избежать потертости ног.

1.7. При получении травмы обучающийся обязан немедленно поставить об этом в известность учителя, который сообщает об этом администрации школы. При неисправности лыжного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом учителю.

1.8. В процессе занятий школьники обязаны соблюдать установленный порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены.

1.9. **Обучающимся запрещается**:

1) приносить в школу колющие, режущие, легковоспламеняющиеся предметы;

2) бегать без разрешения учителя, толкать друг друга; кидать друг в друга различные предметы;

3) трогать без разрешения учителя спортивное снаряжение.

1.9. **Обучающиеся обязаны**:

1) переодеваться в лыжный костюм в раздевалке спортзала до начала урока;

2) в течение первых 5 минут урока, оставив сменную обувь в гардеробе, получить на лыжной базе лыжи и приготовиться к уроку;

3) пройти инструктаж по охране труда перед уроками лыжной подготовки;

4) выполнять требования охраны труда и правил для обучающихся при проведении уроков лыжной подготовки;

5) иметь спортивную форму для занятий на лыжах.

1.10. **Учителю запрещается**:

1) оставлять без присмотра обучающихся;

2) допускать к занятиям обучающихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности при проведении занятий по лыжам;

3) использовать неисправное спортивное оборудование и инвентарь;

4) ремонтировать неисправное электрооборудование самостоятельно.

1.11. **Учитель обязан**:

1) пройти инструктаж по охране труда при проведении занятий по лыжам;

2) подготовить лыжную базу для обеспечения всех обучающихся инвентарем на уроках физической культуры;

3) провести инструктаж по охране труда и технике безопасности по лыжной подготовке для всех обучающихся с обязательной отметкой в «Журнале инструктажа по технике безопасности» и классном журнале;

4) обеспечить устойчивость мебели, имеющейся на лыжной базе;

5) обеспечить исправность лыж и лыжных палок;

6) проводить занятия по лыжной подготовке только по согласованию с врачом учебного заведения в соответствии с температурой воздуха;

7) проверить перед началом занятий одежду обучающихся, ознакомиться с медицинскими показаниями,

8) проверить крепление лыж к обуви;

9) проверять исправность спортивного оборудования перед каждым уроком;

10) о возникших неполадках сообщить администрации учебного заведения;

11) исключить из пользования непригодное оборудование;

12) обеспечить устойчивый порядок и дисциплину обучающихся во время лыжных занятий и в процессе подготовки к ним на переменах;

13) использовать различные формы проведения разминки перед проведением урока лыжной подготовки;

14) соблюдать временные рамки урока лыжной подготовки (продолжительность самого занятия на лыжах не должна быть менее 30 минут);

15) завершать урок за 5 минут до звонка, организованно вести обучающихся в гардероб для смены одежды.

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

**2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ**

2.1. Обучающиеся должны надеть легкую, теплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки и перчатки или варежки.

2.2. Проверить исправность лыжного инвентаря и подогнать крепление лыж к обуви. Лыжные ботинки должны быть подогнаны по размеру ноги.

2.3. При обнаружении внезапной опасности на трассе прекратить катание и немедленно сообщить об этом учителю.

**3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ**

3.1. Обучающиеся обязаны соблюдать интервал при движении на лыжах по дистанции 3-4м, при спусках с горы - не менее 30м.

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 или слишком свободной обуви.

**4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**

4.1. При поломке или порчи лыжного снаряжения и невозможности починить его в пути сообщить об этом учителю и с его разрешения двигаться к месту расположения гимназии.

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

4.3. При получении травмы немедленно сообщить об этом учителю, который должен оказать первую помощь, при необходимости отправить его в школьный медпункт в сопровождении взрослого или в Челно-Вершинскую ЦРБ

**5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ**

5.1.Обучающиеся обязаны убрать в отведенное для хранения место весь инвентарь.

5.2. Тщательно вымыть руки с мылом.

Специалист по охране труда \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ М.М. Зайдуллин