**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 № 72**

**по охране труда для учителя физической культуры при проведении занятий в тренажерном зале**

ИОТ – 072 - 2022

1. **ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ**

1.1. К занятиям в тренажерном зале допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Обучающиеся в подготовительной и специальной медицинских группах к занятиям в тренажерном зале не допускаются.

1.2. **Учащиеся обязаны**:

1) соблюдать правила использования тренажеров, установленные режимы занятий и отдыха;

2) избегать травм;

3) иметь спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой;

4) пройти дополнительный инструктаж о работе на каждом тренажере с учетом его особенностей.

1.3. О каждом несчастном случае ученик или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю, который сообщает о несчастном случае администрации и врачу учреждения и принимает меры по оказанию первой помощи пострадавшему.

1.4. **Учащимся запрещается**:

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

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

3) трогать без разрешения учителя спортивное оборудование.

1.5. **Учитель обязан**:

1) пройти инструктаж по охране труда при проведении занятий в тренажерном зале;

2) провести инструктаж по работе в тренажерном зале с обязательной отметкой в «Журнале инструктажа по охране труда и технике безопасности» и классном журнале;

3) подготовить тренажеры к работе;

4) проверять исправность тренажеров перед каждым занятием;

не использовать неисправные тренажеры;

5) о возникших неполадках сообщить администрации гимназии в форме служебной записки;

6) исключить из пользования непригодное оборудование;

7) проверить перед началом занятия одежду учащихся, ознакомиться с медицинскими показаниями;

8) обеспечить устойчивый порядок и дисциплину учащихся во время занятий и на переменах;

9) использовать различные формы проведения разминки перед работой на тренажерах;

10) придерживаться принципа посильности в выборе нагрузки на учащихся.

1.6. **Учителю запрещается**:

1) оставлять без присмотра учащихся на уроке и на переменах;

2) допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда при работе в тренажерном зале и имеющих медицинские противопоказания;

3) использовать неисправное спортивное оборудование;

4) ремонтировать неисправное электрооборудование самостоятельно.

**2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ**

2.1. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Проверить исправность каждого тренажера

2.3. Пройти инструктаж о работе на тренажерах.

**3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ**

3.1. **Учитель обязан**:

1) подготовить тренажерный зал для обеспечения безопасности и эффективности занятия;

2) провести инструктаж по охране труда и технике безопасности при работе на тренажерах для всех учащихся с обязательной отметкой в «Журнале инструктажа по технике безопасности» и классном журнале;

3) обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря, имеющегося в тренажерном зале;

4) проверять исправность спортивных тренажеров перед каждым уроком;

5) о возникших неполадках сообщить администрации школы;

6) исключить из пользования непригодное оборудование;

7) проверить надежность крепления тренажеров;

8) обеспечить устойчивый порядок и дисциплину учащихся во время занятий;

9) провести разминку;

10) показать правильность работы на каждом тренажере;

11)придерживаться принципа посильности при выборе нагрузки для каждого ученика.

3.2. **Учителю запрещается**:

1) оставлять без присмотра учащихся на уроках;

2) допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности на занятиях в тренажерном зале;

3) использовать неисправное спортивное оборудование.

3.3. **Учащиеся обязаны**:

1) надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой;

2) пройти инструктаж по охране труда на занятиях в тренажерном зале;

3) выполнять требования охраны труда и правила для учащихся на занятиях в тренажерном зале;

4) соблюдать дисциплину, строго выполнять правила использования тренажеров, учитывая их конструктивные особенности.

5) приступать к основной нагрузке только после разминки.

6) внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) учителя.

3.4. **Учащимся запрещается**:

1) заниматься на тренажерах в отсутствие учителя;

2) заниматься на тренажерах без спортивной формы и обуви;

3) нарушать требования охраны труда во время работы в тренажерном зале;

4) выполнять упражнения на неисправных, непрочно установленных и ненадежно закрепленных тренажерах.

**4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**

4.1. При возникновении неисправности в работе тренажера или его поломки прекратить занятие на тренажере, сообщить об этом учителю. Занятия продолжать только после устранения неисправности тренажера.

4.2. При получении учеником травмы он обязан немедленно сообщить об этом учителю, который должен немедленно прекратить занятие, оказать первую помощь и сообщить о случившемся медицинскому работнику и администрации школы.

**5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ**

5.1. Учащиеся должны снять спортивную одежду, спортивную обувь и тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5.2.Учитель должен проверить исправность тренажеров и в случае обнаружения неисправности принять меры по его ремонту.

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