МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ

«Железногорская школа-интернат»
(КГБОУ "Железногорская школа-интернат")

УТВЕРЖДАЮ
Директор
_____А.М. Вавулин
15 ноября 2018 г.

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при проведении занятий по зимним видам спорта

ИОТ-013-2017

Введена в действие с 15 ноября 2017г.
приказом № _____ от 09 ноября 2017г.
Срок действия — 5 лет.

Настоящую инструкцию должны знать:

- Работники, организующие занятия по зимним видам спорта
- Дети, обучающиеся в учреждении

г. Железногорск

1. Общие требования безопасности

1.1. Настоящая инструкция предназначена для персонала КГБОУ «Железногорская школа-интернат», организующего занятия с детьми зимними видами спорта, и детей, обучающихся в учреждении (далее по тексту: учитель физкультуры, дети).

1.2. Занятия зимними видами спорта с детьми проводятся на зимних стадионах города.

1.3. Занятия детей зимними видами спорта проводятся под руководством учителя физкультуры, имеющего специальную подготовку по работе с детьми и прошедшего в установленном порядке инструктажи по обеспечению безопасности для жизни и здоровья воспитанников.

1.4. К занятиям зимними видами спорта допускаются дети, прошедшие медицинский осмотр, соответствующий инструктаж по безопасности занятий этими видами спорта и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.5. В обязанности учителя физкультуры входит:

- обеспечение безопасности детей во время занятий;
- обеспечение безопасности детей во время движения (пешком или автотранспортом) до места занятий и обратно;
- получение спортивного инвентаря необходимых размеров и в необходимом количестве;
- проверка исправности спортинвентаря, распределение его среди детей;
- проверка наличия у детей необходимой теплой одежды и теплой обуви;
- контроль готовности детей к началу занятий на открытом воздухе;
- возврат инвентаря собственнику после окончания занятий.

1.6. Во время занятий зимними видами спорта дети должны соблюдать правила поведения, расписание занятий, установленные режимы занятий и отдыха, правила личной гигиены.

1.7. Спортивные занятия детей в отсутствии учителя физкультуры запрещены.

1.8. При проведении занятий, а также во время движения к месту их проведения и обратно, возможно воздействие на детей и персонал следующих опасных факторов:

- движущийся транспорт на улицах города или поселков;
- снежное или ледовое покрытие тротуара, ступенек автотранспорта и ступеней лестниц при передвижениях в зимнее время года;
- низкая температура окружающего воздуха;
- физические нагрузки, не соответствующие возрастной категории и здоровью детей;
- нарушение установленных режимов занятий и отдыха.

1.9. Занятия зимними видами спорта противопоказаны при:

- заболевании суставов;
- ослабленном иммунитете;
- трамвах и дефорации костей;
- инфекционных и вирусных заболеваниях;
- заболеваниях нервной и сердечно-сосудистой системы;
- растяжении мышц и сухожилий; послеоперационном периоде.

1.10. При проведении спортивных занятий необходимо присутствие медицинского работника, либо учитель физкультуры должен пройти специальную подготовку по оказанию первичной медицинской помощи.

Учитель физкультуры должен иметь при себе медицинскую аптечку, укомплектованную необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.11. При несчастном случае с детьми или работниками учреждения учитель физкультуры обязан немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь, сообщить о происшествии руководству учрежде-

ния и далее действовать в соответствии с Инструкцией учреждения "О действии детей, обучающихся в учреждении, и персонала при несчастных случаях".

1.12. Персонал учреждения, проводящий занятия с детьми, и дети, обучающиеся в учреждении, обязаны соблюдать требования настоящей инструкции, правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.13. Лица, допустившие невыполнение настоящей инструкций, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии со своими должностными обязанностями, а в случае, когда нарушение инструкции привело к травме ребенка или персонала учреждения, ответственность виновного (дисциплинарная, административная, уголовная) наступает в рамках действующего законодательства РФ.

2. Требования безопасности перед началом занятий

Перед началом занятий необходимо:

2.1. Учителю физкультуры:

- не допускать детей до занятий, если между приемом пищи и занятиями прошло менее 45-50 минут;
- проверить состояние зимнего стадиона, где предполагается проведение занятий;
- поверить отсутствие на зимнем стадионе острых и выступающих предметов, которые должны быть удалены или ограждены;
- получить спортивный инвентарь, проверить его исправность, соответствие спортивных ботинок размерам детей;
- проконтролировать процесс одевания детей в теплую одежду и спортивную обувь, наличие у детей теплых рукавиц или перчаток;
- проверить надежность установки и крепления спортивного оборудования;
- провести целевой инструктаж детей по безопасности занятий;
- провести с детьми разминку;
- оформить записи в журнале регистрации инструктажа с детьми по безопасности занятий физической культурой и спортом.

2.2. Детям, занимающимся данными видами спорта:

- подобрать спортивный инвентарь по своему размеру, проверить его исправность;
- надеть теплую, не стесняющую движение одежду, шерстяные носки, теплые рукавицы или перчатки;
- при морозе более -10^{0}С дополнительно надеть плавки;
- не начинать занятия без разрешения учителя физкультуры;
- выполнить установленную учителем физкультуры программу разминки;
- внимательно прослушать инструктаж по безопасности занятий, расписаться в журнале регистрации инструктажа.

3. Требования безопасности во время занятий

Во время занятий необходимо:

3.1. Учителю физкультуры:

- постоянно контролировать состояние детей;
- поддерживать во время занятий строгую дисциплину;
- не допускать бесконтрольных занятий детей;
- допускать детей к занятиям только с разрешения медицинских работников учреждения;
- не оставлять без присмотра спортивный инвентарь;
- воспитывать у детей самостоятельность и чувство ответственности за безопасность занятий;
- соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды

и спортивной обуви, правила личной гигиены.

3.2. Детям, занимающимся данными видами спорта:

- соблюдать дисциплину, строго выполнять правила занятий зимними видами спорта, правила поведения на катке и лыжне;
- почувствовав боль, ослабить лыжные крепления, расшнуровать ботинки и, получив разрешение учителя физкультуры, направиться на базу;
- при движении на лыжах соблюдать интервал при движении по дистанции 3 - 4 м, при спусках не менее 30 м.;
- при спусках не выставлять лыжные палки вперед, не останавливаться у подножья горы, не мешать движению других участников занятий;
- на катке, во избежание столкновений, кататься только против часовой стрелки, не выходить на лед без коньков;
- начинать игру только после разрешения или по команде (сигналу) учителя физкультуры (судьи);
- внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) учителя физкультуры, самовольно не предпринимать никаких действий;
- соблюдать установленные режимы занятий и отдыха;
- не нарушать правила игры;
- при падениях группироваться;
- не выполнять упражнения, не предусмотренные заданием учителя физкультуры;
- соблюдать дисциплину и порядок на занятиях;
- не уходить с занятий без разрешения учителя физкультуры.

3.3. Тренировочные занятия должны проходить в соответствии с правилами данных видов спорта.

3.4. Учитель физкультуры не должен покидать место занятий, а также без согласования с руководителем учреждения замещать при проведении занятий другого работника.

.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии или травме ребенок должен прекратить занятия и сообщить об этом учителю физкультуры.

4.2. При получении ребенком травмы учитель физкультуры обязан действовать в соответствии с Инструкцией учреждения "О действии детей, обучающихся в учреждении, и персонала при несчастных случаях":

- оказать первую помощь пострадавшему,
- вызвать дежурного медицинского работника,
- при необходимости, вызвать скорую медицинскую помощь,
- известить о происшествии директора учреждения и др.

4.3. В случае подозрения на обморожение или переохлаждение ребенка учитель физкультуры должен:

- как можно быстрее провести, или перенести пострадавшего в теплое помещение;
- снять с пострадавшего промерзшую или промокшую одежду и обувь;
- при обморожении пальцев рук и ног вначале растереть их смоченной спиртом салфеткой, затем обмороженные участки тела можно опустить в едва теплую воду, лишь постепенно (!) доводя ее в течение 20-30 минут до температуры тела (36-37 °С), после чего вновь произвести несильное растирание до появления чувствительности кожи;
- на обмороженный участок кожи наложить сухую стерильную повязку, пострадавшего тепло укутать;
- обеспечить неподвижность обмороженных участков тела, так как кровеносные сосуды в них становятся очень хрупкими и могут возникнуть кровоизлияния;

- для восполнения тепла в организме и улучшения его кровообращения дать пострадавшему выпить горячий чай или молоко;
- в случае подозрения на переохлаждение немедленно вызвать скорую медицинскую помощь.

При обморожении нельзя:

- растирать снегом обмороженные участки, так как кровеносные сосуды кистей и стоп очень хрупки и поэтому возможно их повреждение, а возникающие микроссадины на коже способствуют внесению инфекции. Кроме того растирание снегом не только не согревает пораженные участки, но и усиливает их охлаждение;
- резко согревать пострадавшего, так как возникающий в тканях перепад температур препятствует восстановлению кровотока, что может привести к омертвению обмороженных участков кожи;
- смазывать жиром или мазями обмороженные участки - это усугубляет охлаждение и травмирует кожу;
- давать пострадавшему алкоголь и кофе. Эти напитки способствуют резкому расширению сосудов, что может привести к их разрыву, внутренним кровоизлияниям, нарушению работы сердца;
- вскрывать самостоятельно пузыри на обмороженных участках.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1.Учитель физкультуры должен:

- дать детям команду об окончании занятий;
- провести перекличку детей;
- проследить, чтобы дети, переоделись в повседневную одежду, уложили в пакет спортивный костюм и спортивную обувь;
- организованно увести детей с места занятий.

5.2. Дети, занимающиеся данными видами спорта, должны:

- по приходу в учреждение тщательно вымыть лицо и руки с мылом;
- в установленном порядке сдать спортивный инвентарь учителю физкультуры или приемщику спортинвентаря;
- надеть теплую повседневную одежду;
- подойти к учителю физкультуры для переклички;
- при слабости или недомогании после спортивных занятий обратиться к учителю физкультуры, а по приходу в учреждение обратиться к врачу.

Ведущий инженер по охране труда Г.А. Пташкин

Согласовано:
Учитель С.К. Степанов