


СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Председатель профсоюзного
комитета ГБОУ СОШ № 1
г.о. Чапаевск Самарской области

 Беспалова Г.И.
« 01 » 09 20 16 г.

Директор ГБОУ СОШ № 1
г.о. Чапаевск Самарской области



Терехов В.А.

« 01 » 09 20 16 г.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА № 37

на занятиях легкой атлетикой

1. Общие требования охраны труда

1. К занятиям легкой атлетикой допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда
2. Опасность возникновения травм:
 - при выполнении упражнений на неисправных спортивных снарядах, а так же при выполнении упражнений без страховки;
 - при выполнении упражнений без использования гимнастических матов;
 - при выполнении упражнений на загрязненных спортивных снарядах, а так же при выполнении упражнений на снарядах с влажными ладонями.
3. В спортивном зале должны быть огнетушители и аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой неотложной доврачебной помощи пострадавшим.

2. Требования охраны труда перед началом занятий

1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
2. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме, проверить отсутствие в нём посторонних предметов.
3. Протереть сухой тряпкой снаряды для метания.
4. Провести разминку.

3. Требования охраны труда во время занятий

1. При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке, дорожка должна выходить не менее чем на 15 м за финишную отметку.
2. Во избежание столкновений исключить резкие остановки во время бега.
3. Не выполнять прыжки на рыхлом неровном и скользком грунте, не приземляться при прыжках на руки.
4. Перед выполнением метаний посмотреть, нет ли людей в секторе для метания.
5. Не производить метания без разрешения учителя, не оставлять без присмотра снаряды для метания.
6. Не стоять справа от метającego; не находиться в зоне броска; не подбирать снаряды для метания без разрешения учителя.
7. Не подавать друг другу снаряды для метания броском.

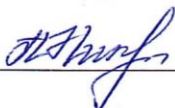
4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю.

2. При получении учащимся травмы немедленно оказать ему первую неотложную доврачебную помощь, сообщить об этом администрации школы 2-10-70 и родителям; при необходимости доставить пострадавшего в ближайшую больницу.

5. Требования охраны труда по окончании занятий

1. Проверить по списку наличие всех учащихся.
2. Убрать спортивный инвентарь в места для их хранения.
3. Принять душ или тщательно вымыть руки с мылом.

Настоящую Инструкцию составил:  Никитина А.Н.

Согласовано:

специалист по ОТ:  Житина Ю.Н.

Ознакомлены:

Дата	Подпись	Расшифровка подписи