

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«НИЖНЕТАГИЛЬСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 1»
(ГАПОУ СО «НТПК № 1»)

«Согласовано»
Председатель профсоюзного
комитета первичной
профсоюзной организации
ГАПОУ СО «НТПК № 1»
Т. М. Кудрявцева
«01» марта 2022 г.



«Утверждаю»
Директор
ГАПОУ СО «НТПК № 1»

Н. Г. Никокошева
«01» марта 2022 г.
Приказ от 01.03.2022г. № 71-од

ГАПОУ СО «НТПК № 1»

Н. Г. Никокошева

Приказ от 01.03.2022г. № 71-од

**Инструкция
по охране труда
при проведении занятий по лыжам**

ИОТ - №13

2022г.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И МОЛОДЕЖНОЙ ПОЛИТИКИ
СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«НИЖНЕТАГИЛЬСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ № 1»
(ГАПОУ СО «НТПК № 1»)

«Согласовано»
Председатель профсоюзного
комитета первичной
профсоюзной организации
ГАПОУ СО «НТПК № 1»

Т. М. Кудрявцева
« 01» марта 2022 г.

«Утверждаю»
Директор
ГАПОУ СО «НТПК № 1»

Н. Г. Никокошева
« 01 » марта 2022 г.
Приказ от 01.03.2022г. № 71-од

**Инструкция
по охране труда
при проведении занятий по лыжам**

ИОТ - №13

2022г.

1. Общие требования безопасности

1.1. Все положения данной инструкции по охране труда при проведении занятий по лыжной подготовке обязательны для выполнения всеми сотрудниками и студентами образовательного учреждения, которые участвуют в занятиях по лыжной подготовке.

1.2. К занятиям по лыжам допускаются студенты, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

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

1.4. При проведении занятий по лыжам возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- обморожения при проведении занятий при ветре более 1,5-2,0 м/с и при температуре воздуха ниже -20° С;
- травмы при ненадежном креплении лыж к обуви;
- потертости ног при неправильной подгонке лыжных ботинок;
- травмы при падении во время спуска с горы или при прыжках с лыжного трамплина;
- динамические перегрузки;
- экстремальный рельеф местности.

1.5. Во время проведения учебных занятий по лыжной подготовке, в пределах минимальной близости должна присутствовать медицинская аптечка, полностью укомплектованная всеми необходимыми медицинскими препаратами и перевязочными средствами для экстренного оказания первой помощи при различных травмах.

1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить преподавателю, который сообщает об этом администрации колледжа. При неисправности лыжного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю.

1.7. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать установленный порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены.

1.8. Во время проведения учебных занятий по лыжной подготовке за пределами прямой видимости из образовательного организацию, необходимо иметь при себе средства экстренной мобильной связи (мобильный телефон).

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

2. Требования охраны труда перед началом проведения занятия по лыжам

2.1. Необходимо провести со всеми инструктаж по технике безопасности при выполнении конкретного вида физических упражнений по лыжной подготовке, который необходимо в обязательном порядке зарегистрировать в журнале установленной формы.

2.2. Перед началом занятий по лыжной подготовке необходимо проверить:

- соответствие погодных условий требованиям;
- соответствие лыжной трассы требованиям безопасности, а также отсутствие на ней каких-либо посторонних предметов;
- наличие при себе полностью заряженных мобильных средств экстренной связи (при необходимости);
- наличие и полную укомплектованность медицинской аптечки;
- наличие необходимой спортивной одежды и обуви;
- правильность подгонки спортивного инвентаря.

2.3. Необходимо надеть легкую, теплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки и перчатки или варежки.

2.4. Лыжные ботинки должны быть подобраны по размеру ноги.

2.5. Студенты, одежда и (или) обувь которых не соответствуют требованиям безопасности при выполнении физических упражнений по лыжной подготовке в конкретно взятых погодных условиях, отстраняются от занятий по лыжам.

3. Требования охраны труда во время проведения занятий по лыжной подготовке

3.1. Во время проведения учебных занятий по лыжной подготовке, необходимо строго соблюдать данную инструкцию по охране труда при проведении учебных занятий по лыжной подготовке, а также правила эксплуатации спортивного оборудования и инвентаря.

3.2. Во время учебных занятий по лыжам, необходимо контролировать:

- необходимый интервал: во время движения на лыжах по дистанции - 3 – 4 м, во время спуска с горы – не менее 30 м;

- контроль физического состояния и появления первых признаков обморожения;
- поддержание надлежащего порядка на лыжной трассе;
- строгое соблюдение всех санитарных требований.

3.3. Студенту во время занятий по лыжной подготовке, запрещено:

- допускать использование неисправного лыжного инвентаря;
- допускать использование лыжного оборудования и инвентаря не по его прямому назначению;
- допускать выставление вперед лыжных палок во время спуска с горы;
- уходить с указанной лыжной трассы;
- допускать скопление лыжников у подножия горы после спуска с нее для предотвращения столкновений с другими лыжниками.

3.4. Неукоснительно выполнять все указания преподавателя, проводящего занятия.

3.5. Выполнять только те элементы лыжной подготовки, которые разрешены преподавателем, проводящим занятия.

4. Требования охраны труда при возникновении аварийных ситуаций

4.1. При поломке или порче лыжного снаряжения и невозможность починить его в пути, сообщить об этом преподавателю и с его разрешения двигаться к месту расположения колледжа.

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

4.3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации колледжа.

4.4. В случае возникновения аварийных ситуаций, таких как обнаружение лежащего электропровода на лыжной трассе, искрение, задымление, появление посторонних запахов и т.п., которые могут повлечь за собой травмирование и (или) отравление учащихся, педагог, проводящий учебные занятия по лыжной подготовке, обнаруживший обязан экстренно эвакуировать всех учащихся с лыжной трассы, соблюдая при этом спокойствие и порядок.

4.5. При выявлении признаков обморожения у кого-либо из учащихся необходимо экстренно принять все возможные меры по оказанию первой помощи пострадавшему и срочно сообщить об этом медицинскому работнику образовательного учреждения.

4.6. В случае наличия пострадавших среди учащихся, педагог, проводящий учебные занятия по лыжной подготовке, обязан экстренно оказать первую помощь, немедленно проинформировать о случившемся медицинского работника образовательного учреждения и, при необходимости, осуществить транспортировку пострадавшего к месту нахождения ближайшего медицинского пункта.

5. Требования техники безопасности после завершения занятий

5.1. После завершения учебных занятий по лыжной подготовке, необходимо:

- провести проверку наличия всех студентов по списку;
- организованно убрать используемый лыжный инвентарь и оборудование в специально отведенные места, предназначенные для его хранения.

5.2. При выявлении каких-либо неисправностей спортивного оборудования и лыжного инвентаря, необходимо своевременно проинформировать об этом преподавателя.

5.3. Тщательно вымыть руки с мылом.

Инструкцию разработал
Специалист по охране труда

А.Д. Сисин