|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Согласовано**  С председателем профкома:  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |  | **«Утверждаю»:**  Директор  МБОУ СОШ с. Архангельское Городищенского района  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /Е.А. Пурис/  Приказ № 155 от 17.09.2019 г. |

Приложение 2 к приказу №155 от 17.09.2019 г.

**ИНСТРУКЦИЯ №**

*по охране труда*

***при проведении занятий в спортивном зале***

1. **Общие требования безопасности**
   1. К занятиям в спортивном зале допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.
   2. Опасные факторы:

* травмы и ранения при выполнении упражнений на неисправных спортивных снарядах, а также при выполнении упражнений без страховки; при выполнении гимнастических упражнений без использования гимнастических матов; при выполнении упражнений на спортивных снарядах с влажными ладонями, а также на загрязненных снарядах
* травмы и ранения по неосторожности, невнимательности.
  1. Спортивный зал должен быть обеспечен вентиляцией, огнетушителями и аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1. **Требования безопасности перед началом занятий** 
   1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
   2. Перед началом занятий обучающимся необходимо снять имеющиеся серьги, кольца, часы, цепочки, заколки, иные украшения. Длинные волосы следует аккуратно заплести
   3. Проверить чистоту используемого оборудования
   4. Проверить надежность креплений и исправность используемого оборудования.
   5. По необходимости место проведения упражнений оборудовать гимнастическими матами
2. **Требования безопасности во время занятий**
   1. Не выполнять упражнения без присутствия тренера-преподавателя помощника, а также без страховки.
   2. Не стоять близко к снаряду при выполнении упражнений другим обучающимся.
   3. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах с влажными ладонями.
   4. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.
   5. Четко выполнять требования тренера-преподавателя и правила выполнения различных упражнений и заданий.
3. **Требования безопасности в аварийных ситуациях**
   1. При появлении во время занятий боли в руках, покраснении кожи или потертостей на ладонях и стопах, участках тела, а также при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.
   2. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать учащихся из спортивного зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.
   3. При получении обучающимися травмы немедленно оказать первую помощь, сообщить об этом руководству школы и родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

1. **Требования безопасности по окончании работы**
   1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
   2. Привести зал в надлежащий порядок
   3. Снять спортивный костюм, спортивную обувь.
   4. Принять душ и тщательно вымыть лицо и руки с мылом.