

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА

ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКЕ

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

Действие настоящей инструкции распространяется на всех работников образовательного учреждения, которые проводят занятия по лыжной подготовке (учителей, педагогов дополнительного образования, инструкторов физкультуры и т.д.).

К самостоятельной работе при проведении занятий по лыжной подготовке допускаются лица:

- не моложе 18 лет, прошедшие обязательный периодический медицинский осмотр и не имеющие медицинских противопоказаний для работы в образовательном учреждении конкретного вида и типа;
- имеющие, как правило, специальное образование или соответствующий опыт работы;
- прошедшие вводный инструктаж и инструктаж на рабочем месте;
- ознакомленные с инструкциями по эксплуатации спортивного оборудования и инвентаря, правилами безопасности при проведении занятий по лыжной подготовке.

Работник, проводящий занятия по лыжной подготовке, обязан соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка и режим работы кадетского корпуса. График занятий по лыжной подготовке определяется погодными условиями и календарным планированием, утвержденным директором кадетского корпуса.

Опасными факторами при проведении занятий по лыжной подготовке являются:

- **физические** (лыжное оборудование и инвентарь; динамические перегрузки; низкие температуры, высокая влажность воздуха, сильный ветер и снегопад; экстремальный рельеф местности).

Во время проведения занятий по лыжной подготовке в пределах доступности должна находиться аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

При проведении занятий по лыжной подготовке вне пределов прямой видимости из учебного заведения работнику, проводящему занятия по лыжной подготовке необходимо при себе иметь средства экстренной связи (мобильный телефон, радиостанция и т.п.).

Перед началом занятий по лыжной подготовке в каждом учебном году необходимо провести с кадетами инструктаж (отдельный урок по плану) по технике безопасности с записью в соответствующем журнале.

Перед переходом к выполнению новых видов упражнений необходимо провести с кадетами инструктаж по технике безопасности с записью в соответствующем журнале.

О каждом несчастном случае с кадетами во время занятий по лыжной подготовке работник немедленно должен сообщить об этом администрации учреждения, принять меры по оказанию первой помощи пострадавшему.

В случае нарушения кем-либо из кадетов техники безопасности со всеми кадетами необходимо провести внеплановый инструктаж по технике безопасности с его регистрацией в соответствующем журнале.

Работники, допустившие невыполнение или нарушение настоящей Инструкции, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКЕ

Провести инструктаж учащихся по технике безопасности при выполнении конкретного вида упражнений по лыжной подготовке с его регистрацией в журнале установленной формы.

Проверить:

- соответствие погодных условий требованиям безопасности;

- соответствие лыжной трассы требованиям безопасности, отсутствием на ней посторонних предметов;
- наличие средств экстренной связи (при необходимости);
- наличие и укомплектованность аптечки;
- наличие необходимой спортивной одежды и обуви у учащихся;
- правильность подгонки спортивного инвентаря.

Запретить учащимся приступать к занятиям в случае обнаружения несоответствия спортивного инвентаря установленным в данном разделе требованиям, а также при невозможности выполнить указанные в данном разделе подготовительные к занятиям действия.

Не допускать к занятиям учащихся, одежда и (или) обувь которых не соответствуют требованиям безопасности при выполнении упражнений по лыжной подготовке в конкретных погодных условиях.

3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКЕ

Во время занятий по лыжной подготовке необходимо соблюдать настоящую инструкцию, правила эксплуатации спортивного оборудования и инвентаря.

Во время занятий работник обязан обеспечить:

- выполнение кадетами требований безопасности;
- соблюдение кадетами интервала при движении на лыжах по дистанции 3 – 4 м, при спусках с горы – не менее 30 м;
- контроль за появлением первых признаков обморожения как у кадет, так и у себя и немедленное оказание первой медицинской помощи при обморожениях;
- поддержание порядка на лыжной трассе;
- проведение дополнительного инструктажа кадет по технике безопасности перед выполнением новых видов упражнений по лыжной подготовке;
- соблюдение кадетами требований соответствующих инструкций по технике безопасности;
- соблюдение санитарных требований для занятий на открытом воздухе;
- организацию необходимой страховки кадет.

Работнику при проведении занятий по лыжной подготовке запрещается:

- допускать использование неисправного лыжного инвентаря;
- использование лыжного оборудования и инвентаря не по прямому назначению;
- допускать скопление неиспользуемого спортивного оборудования и инвентаря в месте выполнения упражнений по лыжной подготовке;
- допускать уход кадет с лыжной трассы;
- допускать выставление вперед лыжных палок при спуске с горы;
- остановку кадет у подножия горы после спуска с нее во избежание столкновений с другими лыжниками;
- оставлять кадет без присмотра.

4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

В случае возникновения аварийных ситуаций (обнаружения электропроводки на трассе, задымление, появление посторонних запахов и т.п.), могущих повлечь за собой травмирование и (или) отравление кадет, работник, проводящий занятия по лыжной подготовке, обязан немедленно увести учащихся с трассы, соблюдая при этом порядок; сообщить о случившемся директору кадетского корпуса, а в случае отсутствия – дежурному администратору.

При проявлении признаков обморожения немедленно принять меры к оказанию доврачебной помощи и проинформировать об этом медицинского работника.

В случае наличия пострадавших среди кадет работник, проводящий занятия по лыжной подготовке, обязан оказать доврачебную помощь, проинформировать медицинского работника и при необходимости транспортировать пострадавшего к месту нахождения медицинского работника.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ

После окончания занятий по лыжной подготовке работник обязан:

- проверить наличие кадет по списку;
- убрать используемый лыжный инвентарь и оборудование в специальные места, предназначенные для его хранения;
- организованно провести кадет в раздевалку.

Ведущий специалист по охране труда

А.В. Матяш