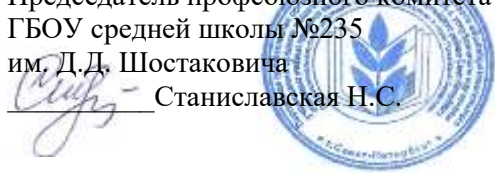


Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №235 с углубленным изучением  
отдельных учебных предметов им. Д.Д. Шостаковича  
Адмиралтейского района г. Санкт-Петербурга

**УЧТЕНО МНЕНИЕ ПРОФКОМА**

Председатель профсоюзного комитета  
ГБОУ средней школы №235  
им. Д.Д. Шостаковича  
Станиславская Н.С.



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБОУ средней школы №235  
им. Д.Д. Шостаковича  
Стаховский Г.В.

Приказ № 17/1-О  
от «10» января 2023г.



**ИНСТРУКЦИЯ №72/1  
по охране труда  
при занятиях в спортивном зале для обучающихся**

**1. Общие требования охраны труда**

1.1. Настоящая инструкция разработана в соответствии с Приказом Минтруда России от 29 октября 2021 года №772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда» с учетом СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»; в соответствии с разделом X Трудового кодекса Российской Федерации и иными нормативными правовыми актами по охране и безопасности труда.

1.2. К занятиям в спортивном зале допускаются учащиеся 1-11-х классов, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий физкультурой, прошедшие инструктаж по охране труда, одетые в спортивную форму и обувь, соответствующие проводимому занятию.

1.3. При нахождении в спортивном зале обучающиеся должны соблюдать данную инструкцию по охране труда при занятиях в спортивном зале, Правила поведения для учащихся. График проведения занятий в спортивном зале определяется расписанием занятий, утвержденным директором школы.

1.4. В целях соблюдения техники безопасности в спортивном зале необходимо:

- соблюдать правила личной гигиены;
- знать порядок действий при возникновении пожара или иной чрезвычайной ситуации и эвакуации, сигналы оповещения о пожаре;
- знать месторасположение аптечки и первичных средств пожаротушения;
- соблюдать правила поведения и выполнять требования преподавателя.

1.5. Во время занятий в спортивном зале возможно воздействие следующих опасностей:

- травмирование при неаккуратном выполнении упражнений на спортивных снарядах, а также на спортивном оборудовании, имеющем дефекты или недостаточно закрепленном;
- травмирование при неаккуратном обращении со спортивным инвентарем;
- опасность удара из-за падения случайных предметов;
- опасность падения из-за потери равновесия при поскользывании, при передвижении по скользким поверхностям или мокрым полам;
- опасность падения из-за потери равновесия при спотыкании;
- столкновение с неподвижным предметом или элементом конструкции, оказавшимся на пути следования, столкновение с одноклассниками во время перемещения по спортивному залу.

1.6. О плохом самочувствии и каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить учителю.

1.7. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования занятия прекратить и сообщить об этом учителю.

1.8. Учащиеся, допустившие нарушение правил данной инструкции, отстраняются от занятий в спортивном зале, привлекаются к ответственности и со всеми учащимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

## **2. Требования охраны труда перед началом занятий в спортивном зале**

2.1. С разрешения учителя физической культуры (тренера) не толкая одноклассников пройти в раздевалку, переодеться в спортивную форму, надеть обувь с нескользящей подошвой, аккуратно сложить свои вещи на скамейку (при наличии шкафчика, сложить вещи в шкафчик).

2.2. Снять с себя, часы, кольца и иные украшения.

2.3. Пройти в спортивный зал только с разрешения преподавателя.

2.4. В спортивный зал разрешается брать с собой только те вещи, которые необходимы для занятий.

2.5. Запрещается приступать к занятиям непосредственно после приема пищи.

## **3. Требования охраны труда во время занятий в спортивном зале.**

3.1. Обучающиеся должны находиться в спортивном зале в спортивной одежде и спортивной обуви.

3.2. При изучении обучающимися новых тем по физической культуре, выполнении впервые упражнений на спортивных снарядах с обучающимися проводятся соответствующие инструктажи с записью в журнале регистрации инструктажей, дети обучаются безопасным правилам выполнения упражнений.

3.3. В спортивном зале необходимо поддерживать дисциплину во время занятий по физкультуре (спортивных мероприятий), не разрешается обучающимся самовольно уходить из спортзала без разрешения учителя.

3.4. Необходимо быть внимательным при перемещениях в спортзале, при выполнении упражнений с отягощениями (гантелями, дисками, гирями), соблюдать достаточный интервал и дистанцию, избегать столкновений.

3.5. Использовать спортивный инвентарь и вспомогательное оборудование только по их прямому назначению, в строгом соответствии с инструкциями по эксплуатации.

3.6. В спортивном зале обучающиеся обязаны:

- неукоснительно выполнять все указания учителя физкультуры (тренера);
- при поточном выполнении упражнений (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений;
- использовать спортивный инвентарь только с разрешения и под руководством учителя;
- выполнять упражнения на спортивных снарядах, спортивном оборудовании только в присутствии учителя, проводящего занятия и с его страховкой;
- при выполнении прыжков приземляться мягко на носки, пружинисто приседая;
- при групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке во избежание столкновений, исключая резкие остановки и торможения;
- производить метание мячей только с разрешения учителя.

3.7. В спортивном зале обучающимся запрещено:

- стоять близко к другим обучающимся, выполняющим упражнения;
- выполнять упражнения на перекладине с влажными ладонями;
- выполнять любые действия без разрешения преподавателя;
- использовать спортивный инвентарь и оборудование не по назначению;
- бить мячом в стены, окна и потолок зала, в электронное табло и ограждения;
- самостоятельно разбирать, собирать и ремонтировать спортивное оборудование;
- раскачиваться и спрыгивать с каната;
- употреблять жевательную резинку на занятиях;

- толкаться, делать подножку, цепляться за одежду учащихся;
- переносить тяжелые снаряды без разрешения преподавателя.

#### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

4.1. Перечень основных возможных аварий и аварийных ситуаций в спортивном зале, причины их вызывающие:

- возникновение технической неисправности спортивных снарядов, тренажёров, спортивного инвентаря вследствие износа;
- пожар, возгорание, задымление, поражение электрическим током вследствие неисправности электрооборудования, шнуров питания;
- прорыв системы отопления, водоснабжения, канализации из-за износа труб.

4.2. В случае возникновения технической неисправности спортивных снарядов, тренажёров, спортивного инвентаря прекратить занятие и сообщить учителю, педагог должен остановить занятие (спортивное мероприятие), изъять данное оборудование или ограничить к нему доступ, и не использовать его в спортивном зале до полного устранения неисправностей и получения разрешения заместителя директора по административно-хозяйственной части.

4.3. В случае появления задымления или возгорания в спортивном зале, раздевалках, тренерской, снарядной (инвентарной) необходимо немедленно прекратить занятие, не паникуя выйти из спортивного зала (раздевалок), следовать указаниям учителя.

4.4. При возникновении во время занятий болей в суставах, мышцах, возникновении кровотечения, а также при плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом учителю физкультуры (тренеру).

4.5. При плохом самочувствии или получении травмы пострадавший или очевидец должен немедленно прекратить выполнение упражнений и сообщить преподавателю, который должен оказать первую помощь, воспользовавшись аптечкой первой помощи. Вызвать медицинского работника общеобразовательной организации, при необходимости, вызвать скорую медицинскую помощь по номеру телефона 103 (112) и сообщить о происшествии директору общеобразовательной организации.

#### **5. Требования охраны труда по окончании занятий в спортивном зале**

5.1. Сдать спортивный инвентарь и оборудование учителю.

5.2. С разрешения учителя физкультуры выйти из спортзала.

5.3. Переодеться.

5.4. При обнаружении неисправности оборудования, системы вентиляции, работы сантехнических систем, нарушения целостности окон проинформировать об этом учителя физкультуры (тренера).