


**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**  
**Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение**  
**Московской области «Физико-технический колледж»**  
**(ГБПОУ МО «Физтех-колледж»)**

**СОГЛАСОВАНО:**

на заседании Совета колледжа  
Протокол № 6 от 28.08.2023 г.  
Председатель Совета колледжа

  
М.Г. Гриднев  
28.08.2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО:**

Приказом № 241 от 01.09.2023 г.  
Директор ГБПОУ МО  
«Физтех-колледж»

  
А.А. Летуновский  
01.09.2023 г.



**Инструкция № ИОТ-069-2023**  
**по охране труда для преподавателя физической культуры**  
**при проведении занятий по лыжам**

Настоящая инструкция разработана с учетом требований Правил по охране труда при проведении учебных занятий, (утв. Федеральным законом от 29.12.2012 г. №273-ФЗ ред. от 17.02.2023 г.) «Об образовании в Российской Федерации», ст. 43 «Обязанности и ответственности обучающихся» и ст.48 «Обязанности и ответственность педагогических работников», Основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда (утв. Приказом Минтруда России от 29.10.2021 г. №772н).

**1. Общие требования охраны труда.**

1.1. К занятиям на лыжах допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Обучающиеся обязаны:

- при проведении занятий по лыжам соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха;
- одеваться в соответствии с температурой внешней окружающей среды, чтобы избежать обморожений;
- быть предельно осторожными, чтобы избежать травм при падении во время катания на лыжах;
- проверять крепление лыж к обуви, чтобы избежать травм;
- правильно подогнать лыжные ботинки, чтобы избежать потертости ног;
- при получении травмы немедленно поставить об этом в известность преподавателя, который сообщает об этом администрации. При неисправности лыжного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю;
- соблюдать установленный порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены;
- иметь спортивную форму для занятий на лыжах.

### 1.3. Обучающимся запрещается:

- приносить на занятия колющие, режущие, легковоспламеняющиеся предметы;
- бегать без разрешения преподавателя, толкать друг друга; кидать друг в друга различные предметы;
- трогать без разрешения преподавателя спортивное снаряжение.

### 1.4. Преподавателю запрещается:

- оставлять без присмотра обучающихся;
- допускать к занятиям обучающихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности при проведении занятий по лыжам;
- использовать неисправное спортивное оборудование и инвентарь;
- ремонтировать неисправное электрооборудование самостоятельно.

### 1.5. Преподаватель обязан:

- пройти инструктаж по охране труда при проведении занятий по лыжам;
- подготовить лыжную базу для обеспечения всех обучающихся инвентарем на уроках физической культуры;
- провести инструктаж по охране труда и технике безопасности по лыжной подготовке для всех обучающихся с обязательной отметкой в «Журнале инструктажа по технике безопасности»;
- обеспечить устойчивость мебели, имеющейся на лыжной базе;
- обеспечить исправность лыж и лыжных палок;
- проводить занятия по лыжной подготовке только по согласованию с медсестрой в соответствии с температурой воздуха;
- проверить перед началом занятий одежду обучающихся, ознакомиться с медицинскими показаниями;
- проверить крепление лыж к обуви;
- проверять исправность спортивного оборудования перед каждым уроком;
- о возникших неполадках сообщить администрации колледжа;
- исключить из пользования непригодное оборудование;
- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину обучающихся во время лыжных занятий и в процессе подготовки к ним на переменах;
- использовать различные формы проведения разминки перед проведением урока лыжной подготовки.

1.6. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с законодательством Российской Федерации и с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий.**

2.1. Обучающиеся должны надеть легкую, теплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки и перчатки или варежки.



2.2. Проверить исправность лыжного инвентаря и подогнать крепление лыж к обуви. Лыжные ботинки должны быть подогнаны по размеру ноги.

2.3. При обнаружении внезапной опасности на трассе прекратить катание и немедленно сообщить об этом преподавателю.

### **3. Требования безопасности во время занятий.**

3.1. Обучающиеся обязаны соблюдать интервал при движении на лыжах по дистанции 3-4м, при спусках с горы — не менее 30м.

3.2. При спуске с горы не выставлять вперед лыжные палки.

3.3. После спуска с горы не останавливаться у подножия горы во избежание столкновений с другими лыжниками.

3.4. Следить друг за другом и немедленно сообщить преподавателю о первых признаках обморожения.

3.5. Во избежание потертостей ног не ходить на лыжах в тесной или слишком свободной обуви.

### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.**

4.1. При поломке или порче лыжного снаряжения и невозможности 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 сообщить об этом преподавателю, который должен оказать первую помощь, при необходимости отправить его к врачу или в ближайшее лечебное учреждение.

### **5. Требования безопасности по окончании занятий.**

5.1. Обучающиеся обязаны убрать в отведенное для хранения место весь инвентарь.

5.2. Тщательно вымыть руки с мылом.

Ведущий специалист по охране труда



Г.В. Рудая