


Министерство образования и науки Самарской области
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Самарской области
«Технологический колледж имени Н.Д. Кузнецова»
ГБПОУ «ТК им. Н.Д. Кузнецова»

СОГЛАСОВАНО
председатель Совета Учреждения

/Ю.Ю. Алексеев/

УТВЕРЖДАЮ
Директор

/ А.Н. Сакеев /

11.04.2018г.



ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда
при проведении занятий по лыжам
для студентов колледжа
ИОТ-3-2018

1. Общие требования безопасности

- 1.1. К занятиям по лыжам допускаются лица, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.2. При проведении занятий по лыжам соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.
- 1.3. 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 град; -потертости ног при неправильной подгонке лыжных ботинок; -травмы при падении во время спуска с горы или при прыжках с лыжного трамплина.
- 1.4. При проведении занятий по лыжам должна быть аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.
- 1.5. При несчастном случае пострадавшему немедленно оказать первую помощь и сообщить об этом преподавателю. При неисправности лыжного инвентаря прекратить занятия и сообщить преподавателю.
- 1.6. В процессе занятий студенты должны соблюдать порядок выполнения упражнений и правила личной гигиены.
- 1.7. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед началом работы

- 2.1. 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 подобраны по размеру ноги.
- 2.3. Проверить подготовленность лыжни или трассы, отсутствие в месте проведения занятий опасностей, которые могут привести к травме.

3. Требования безопасности во время работы

- 3.1. Соблюдать интервал при движении на лыжах по дистанции 3-4 м, при спусках с горы -не менее 30 м.
- 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 же признаках обморожения.
- 3.5. Во избежание потертостей ног не ходить на лыжах в тесной или слишком свободной обуви.

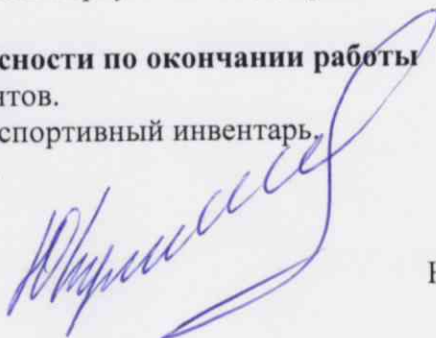
4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

- 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 учреждения.
- 4.2. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю.
- 4.3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь, при необходимости отправить в лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании работы

- 5.1. Проверить по списку наличие всех студентов.
- 5.2. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- 5.3. Тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Ответственный за организацию
работы по охране труда в ГБПОУ «ТК
им. Н.Д. Кузнецова»



Ю.М. Куликова