

[Что такое инструкция по ОТ?](#)
[Все инструкции](#)
[Типовые инструкции по охране труда для работников по должностям, отдельным профессиям.](#)
[Типовые инструкции по охране труда для работников организации на отдельные виды работ.](#)
[Инструкции по охране труда для работников организации по должностям, отдельным профессиям.](#)
[Инструкции по охране труда для работников организации на отдельные виды работ.](#)

[ПОДПИСАТЬСЯ НА НОВОСТИ](#)
[Главная](#) / [Библиотека](#) / [Инструкции по ОТ](#) / Типовые инструкции по охране труда для работников организации на отдельные виды работ.

## Инструкция по охране труда при проведении занятий по гимнастике

Инструкция по охране труда  
при проведении занятий по гимнастике

ИОТ - 017 - 2001

### 1. Общие требования безопасности

- 1.1. К занятиям гимнастикой допускаются дети дошкольного возраста и учащиеся с 1-го класса, прошедшие инст медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.2. При проведении занятий по гимнастике соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленл отдыха.
- 1.3. При проведении занятий по гимнастике возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
  - травмы при выполнении упражнений на неисправных спортивных снарядах, а также при выполнении упражнений без травмы при выполнении гимнастических упражнений без использования гимнастических матов;
  - травмы при выполнении упражнений на спортивных снарядах с влажными ладонями, а также на загрязненных снарядах.
- 1.4. В спортивном зале должна быть медаптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для ока: травмат.
- 1.5. При проведении занятий по гимнастике в спортивном зале соблюдать правила пожарной безопасности, знать места средств пожаротушения. Спортивный зал должен быть обеспечен двумя огнетушителями.
- 1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю (п лю), который сообщает об этом администрации учреждения. При неисправности спортивного оборудования прекратить этом учителю (преподавателю, воспитателю).
- 1.7. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать порядок выполнения упражнений и правила личной гигиены.
- 1.8. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственн щимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

### 2. Требования безопасности перед началом занятий

- 2.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- 2.2. Протереть гриф перекладины сухой ветошью и зачистить мелкой наждачной бумагой, проветрить спортивный зал.
- 2.3. Проверить надежность крепления перекладины, крепления опор гимнастического коня и козла, крепление стопорны
- 2.4. В местах соскоков со снарядов положить гимнастические маты там чтобы их поверхность была ровной.

### 3. Требования безопасности во время занятий

- 3.1. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах без учителя (преподавателя, воспитателя) или его помощника, а
- 3.2. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах с влажными ладонями.
- 3.3. Не стоять близко к спортивному снаряду при выполнении упражнений другим обучающимся.
- 3.4. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов приземляться мягко на носки ступней, пружинисто
- 3.5. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкнов

### 4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

- 4.1. При появлении во время занятий боли в руках, покраснения кожи или потертостей на ладонях, а также при плохом занятия и сообщить об этом учителю (преподавателю, воспитателю).
- 4.2. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать обучающихся из спор пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с пом пожаротушения.
- 4.3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом админист необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

### 5. Требования безопасности по окончании занятий

- 5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- 5.2. Протереть гриф перекладины сухой ветошью и зачистить мелкой наждачной бумагой, проветрить спортивный зал.
- 5.3. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
- 5.4. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

👁 18 233 👍 7

👍 Мне нравится    💬 Комментировать

[Добавить инструкцию](#)

Помогите развитию библиотеки инструкций по охране труда. [Пришлите нам](#) свою инструкцию и она будет размещена в разделе размещения

Комментарии могут оставлять только зарегистрированные пользователи.

Пожалуйста [зарегистрируйтесь](#) или [авторизуйтесь](#) на сайте.

---

#### ОХРАНА ТРУДА В РОССИИ

зарегистрированное средство массовой информации,  
свидетельство Эл № ФС77-39732 от 06.05.2010 г.

[Реклама на сайте](#) | [Наши баннеры](#) | [Контактная информация](#)

ВНИМАНИЕ! Любое использование материалов сайта возможно только в строгом соответствии с установленными Правилами. Любое коммерческое использование материалов сайта и их публикация в печатных изданиях допускается только на основании договоров, заключенных в письменной форме.  
Использование Пользователем сервисов сайта возможно только на условиях, предусмотренных Пользовательским Соглашением

Copyright © 2001-2017, [www.ohranatruda.ru](http://www.ohranatruda.ru)