

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 97»**

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «СОШ № 97»  
\_\_\_\_\_ Е.И.Кадычкова  
Приказ № 9 от «01» сентября 2020 год

**ИНСТРУКЦИЯ № 57  
(ИОТ – 057-20)**

**по охране труда для учителя физической культуры при проведении занятий  
в тренажерном зале**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К занятиям в тренажерном зале допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Обучающиеся в подготовительной и специальной медицинских группах к занятиям в тренажерном зале не допускаются.

1.2. Учащиеся обязаны:

- иметь спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой;
- пройти дополнительный инструктаж о работе на каждом тренажере с учетом его особенностей.

1.3. О каждом несчастном случае ученик или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю, который сообщает о несчастном случае администрации и врачу гимназии и принимает меры по оказанию первой помощи пострадавшему.

1.4. Учащимся запрещается:

- трогать без разрешения учителя спортивное оборудование.

1.5. Учителю обязан:

- подготовить тренажеры к работе;
- проверять исправность тренажеров перед каждым занятием;
- не использовать неисправные тренажеры;
- проверить перед началом занятия одежду учащихся, ознакомиться с медицинскими показаниями;
- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину учащихся во время занятий и на переменах;
- использовать различные формы проведения разминки перед работой на тренажерах;
- придерживаться принципа посильности в выборе нагрузки на учащихся.

1.6. Учителю запрещается:

- использовать неисправное спортивное оборудование;
- ремонтировать неисправное электрооборудование самостоятельно.

**2. Требования безопасности перед началом занятий**

2.1. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Проверить исправность каждого тренажера

2.3. Пройти инструктаж о работе на тренажерах.

**3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. Учителю обязан:

- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря, имеющегося в тренажерном зале;
- проверять исправность спортивных тренажеров перед каждым уроком;
- о возникших неполадках сообщить администрации школы;
- исключить из пользования непригодное оборудование;
- проверить надежность крепления тренажеров;
- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину учащихся во время занятий;
- провести разминку;
- показать правильность работы на каждом тренажере;
- придерживаться принципа посильности при выборе нагрузки для каждого ученика.

3.2. Учителю запрещается:

- оставлять без присмотра учащихся на уроках;

- допускать к занятиям учащихся, не прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности на занятиях в тренажерном зале;
- использовать неисправное спортивное оборудование.

### 3.3. Учащиеся обязаны:

- надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой;
- пройти инструктаж по охране труда на занятиях в тренажерном зале;
- выполнять требования охраны труда и правила для учащихся на занятиях в тренажерном зале;
- соблюдать дисциплину, строго выполнять правила использования тренажеров, учитывая их конструктивные особенности.
- приступать к основной нагрузке только после разминки.
- внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) учителя.

### 3.4. Учащимся запрещается:

- заниматься на тренажерах в отсутствие учителя;
- заниматься на тренажерах без спортивной формы и обуви;
- нарушать требования охраны труда во время работы в тренажерном зале;
- выполнять упражнения на неисправных, непрочных установленных и ненадежно закрепленных тренажерах.

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

4.1. При возникновении неисправности в работе тренажера или его поломки прекратить занятие на тренажере, сообщить об этом учителю. Занятия продолжать только после устранения неисправности тренажера.

4.2. При получении учеником травмы он обязан немедленно сообщить об этом учителю, который должен немедленно прекратить занятие, оказать первую помощь и сообщить о случившемся врачу и администрации школы.

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

5.1. Учащиеся должны снять спортивную одежду, спортивную обувь и тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5.2. Учитель должен проверить исправность тренажеров и в случае обнаружения неисправности принять меры по его ремонту.