Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области
«Артёмовский колледж точного приборостроения»

РАССМОТРЕНО
На Совете колледжа
Протокол №__1__
«29» __01__2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГАПОУ СО «АКТП»
К.С. Ежов
«29» 01 2025 г.

Инструкция
по охране труда для обучающихся при занятиях по лыжному спорту в государственном автономном профессиональном образовательном учреждении Свердловской области
Артёмовский колледж точного приборостроения
ИОТ № 064-2025

г. Артёмовский

Документ подписан электронной подписью
Сертификат 5D 9E 2D C0 3F 8E 16 2C 36 62 81 A4 6D C0 17 D7
Владелец Ежов Кирилл Сергеевич
Действителен с 16 февраля 2024 г. по 11 мая 2025 г.

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», Постановлениями Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020г № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и от 28.01.2021г № 2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; разделом X ТК РФ и иными нормативными правовыми актами по охране труда.

1.2. Данная инструкция по охране труда в устанавливает требования охраны труда перед началом, во время и по окончании занятий по лыжным видам спорта для обучающихся государственного автономного профессионального образовательного учреждения Свердловской области «Артёмовский колледж точного приборостроения» (далее ГАПОУ СО «АКТП»), а также требования охраны труда в возможных аварийных ситуациях.

1.3. К занятиям по лыжным видам спорта допускаются обучающиеся, прошедшие настоящий инструктаж с регистрацией в журнале инструктажа, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, имеющие допуск врача (основная и подготовительная группа здоровья) и усвоившие основные требования безопасного выполнению работ со спортивным оборудованием и инвентарем.

1.4. Данная инструкция составлена для обучающихся в целях обеспечения охраны здоровья и безопасных условий обучения на уроках и дополнительных занятиях по физической культуре в ГАПОУ СО «АКТП».

1.5. При занятиях лыжными видами спорта выполнять только те упражнения, которые предусмотрены учебным планом. Запрещается выполнять упражнения, которые противоречат правилам техники безопасности.

1.6 Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

1.7. При проведении занятий по лыжным видам спорта 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 °С;
- травмы при ненадежном креплении лыж к обуви;
- потертости ног при неправильной подгонке лыжных ботинок;
- травмы при падении во время спуска с горы или при прыжках с лыжного трамплина.

1.8. Все положения данной инструкции обязательны для исполнения всеми обучающимися ГАПОУ СО «АКТП».

1.9. Обучающиеся, допустившие нарушение или невыполнение требований настоящей инструкции по охране труда, рассматриваются, как нарушители дисциплины и могут быть привлечены к дисциплинарной ответственности и прохождению внеочередной проверки знаний требований охраны труда.

2. Требования охраны труда перед началом занятий

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.

2.3. Лыжные ботинки должны быть подобраны по размеру ноги. Во избежание потертостей ног не ходить на лыжах в тесной или слишком свободной обуви.

2.4. Крепление лыж к обуви должно быть удобным для пользования, прочным и надежным.

3. Требования охраны труда во время занятий

3.1. Одежда для занятий на лыжах должна быть легкой, теплой, не стесняющей движений.
3.2. Получив инвентарь, необходимо проверить его исправность и подогнать крепление лыж к ботинкам в помещении базы.
3.3. Слушать внимательно объяснения преподавателя, соблюдать интервал при движении на лыжах по дистанции 3 - 4 м, при спусках не менее 30 м.
3.4. При спуске с горы не выставлять вперед лыжные палки. После спуска с горы не останавливаться у подножия горы во избежание столкновений с другими лыжниками.
3.5. Прыгать с лыжного трамплина можно только после специальной подготовки на прыжковых лыжах.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При поломке или порче лыжного снаряжения и невозможности починить его в пути, сообщить об этом преподавателю.
4.2. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, сообщить об этом преподавателю.

5. Требования охраны труда по окончании занятий

5.1 Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
5.2 Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Инструкцию разработал

Специалист по охране труда: _____ /_____/