ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике

1. Общие требования безопасности

1.1. К занятиям легкой атлетикой допускаются дети дошкольного возраста и уча
го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не име
тивопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий по легкой атлетике соблюдать правила поведения,
учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по легкой атлетике возможно воздействие на об
следующих опасных факторов:

- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- травмы при нахождении в зоне броска во время занятий по метанию;
- выполнение упражнений без разминки.

1.4. При проведении занятий по легкой атлетике должна быть медаптечка, с наб
ходимых медикаментов и перевязочных средств по оказанию первой помощи при тр

1.5. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обя
ленно сообщить учителю (преподавателю, воспитателю), который сообщает об эт
страции учреждения. При неисправности спортивного инвентаря прекратить заня
щить об этом учителю (преподавателю, воспитателю).

1.6. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать порядок проведения у
нятий и правила личной гигиены.

1.7. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по
да, привлекаются к ответственности, и со всеми обучающимися проводится внепл
структаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме - месте приземления, прове
ствие в песке посторонних предметов.

2.3. Протереть насухо спортивные снаряды для метания (диск, ядро, гранату и т.

2.4. Провести разминку.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей до
рожка должна продолжаться не менее чем на 15 м за финишную отметку.

3.2. Во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановку.

3.3. Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, не призем
прыжках на руки.

3.4. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в
тания.

3.5. Не производить метания без разрешения учителя (преподавателя), не ос
присмотра спортивный инвентарь.

3.6. Не стоять справа от метающего, не находиться в зоне броска, не ходить за
для метания без разрешения учителя (преподавателя).

3.7. Не подавать снаряд для метания друг другу броском.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Добросельская основная общеобразовательная школа»
Грайворонского района Белгородской области

Утверждено на заседании профкома
Протокол № 1
от «30» августа 2013 г
Председатель профкома
_____ О.Н.Косилова

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор МБОУ "Добросельская ООШ"
_____ А.В.Анпило
Приказ № 62
от «31» августа 2013 г

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике

ИОТ- 49

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об УГОМ учителю (преподавателю).

4.2. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при 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. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Составил заместитель директора _____ Агаркова Е.А.

С инструкцией ознакомлен: _____ Благодарный А.А.