

ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении занятий по спортивным играм (футбол)

1 Общие требования безопасности:

1.1 К занятиям по спортивным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2 Опасные факторы:

- травмы при падении на скользком грунте;
- выполнение упражнений без разминки;
- травмы при грубой игре и невыполнение требований судьи.

1.3 При занятиях спортивными играми должна быть аптечка,укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.4 После окончания занятий спортивными играми принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

2 Требования безопасности перед началом занятий:

2.1 Занятия по спортивным играм проводятся на стадионах, футбольных полях и в залах, имеющих размеры, отвечающие требованиям правил игры по мини-футболу и футболу.

2.2 Преподаватель до начала занятий проверяет состояние, готовность футбольного поля и наличие необходимого инвентаря. Проверяет прочность ворот, отсутствие посторонних предметов на поле.

2.3 Инструктирует участников по технике безопасности, правилам игры, безопасной технике отбора мяча.

2.4 При занятии в спортивном зале проверяет полы (на полах после влажной уборки играть запрещается).

2.5 Проводить занятия по футболу разрешается на полях с ровным покрытием (без ям, канав, камней, луж), защищенных от проезжих магистралей, загазованности и запылания.

2.6 Опоздавшие к началу занятия или игры не допускаются кней.

3 Требования безопасности во время занятий:

3.1 На занятиях необходимо строго соблюдать дисциплину, выполнять требования и указания судьи, преподавателя, тренера, капитана команды.

3.2 Все занимающиеся обязаны быть в спортивной форме (спортивный костюм, майка, трусы) и однотипной спортивной обуви.

3.3 Тренировочные игры должны проходить в соответствии с правилами данных видов.

3.4 Занятия должны проходить под руководством преподавателя, тренера или инструктора-общественника.

3.5 Во время занятий на футбольном поле не должно быть посторонних лиц и предметов, которые могут стать причиной травм. За воротами и в 10 м около них, а также в секторах для метания и прыжков не должны находиться посторонние лица и спортсмены, занимающиеся другими видами спорта.

3.6 Во время проведения игр учащиеся должны соблюдать игровую дисциплину и порядок выполнения полученных заданий, соблюдать игровую дисциплину, не применять грубых и опасных приемов, вести игру согласно правилам соревнований.

3.7 При выполнении прыжков, при случайных столкновениях и падениях футболист должен уметь применять самостраховку.

4 Требования безопасности в аварийных ситуациях:

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

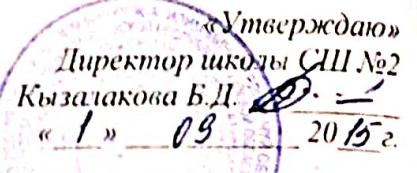
4.2 При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать учащихся из спортивного зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

4.3 При получении учащимся травмы немедленно оказать помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, а также родителям пострадавшего, при необходимости отправить 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 душили тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Планы
объектов
исследований
Безопасность



ИНСТРУКЦИЯ № 14.3 По охране труда при занятиях легкой атлетикой

1 Общие требования безопасности:

1.1 К занятиям легкой атлетикой допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2 Опасные факторы:

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

1.3 При занятиях легкой атлетикой должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.4 После окончания занятий легкой атлетикой принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

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, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.

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

2.4 Провести разминку.

3 Требования безопасности во время занятий:

3.1 При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке. Дорожка 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 приземляться при прыжке на руки.

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

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

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

3.7. Не подавать снаряд для метания друг другу броском.

4 Требования безопасности в аварийных ситуациях:

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

4.2 При получении учащимся травмы немедленно оказать помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, а также родителям пострадавшего, при необходимости отправить его 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.

Инструкцию составил:
зам. директора по УВР

Смирнов

Федоров
Борисов

Мурзакалев
Балашов



ИНСТРУКЦИЯ по охране труда в кабинете химии при нагревании и обращении с нагревательными приборами

1. Пользуясь спиртовкой, помните:

- в нерабочем состоянии спиртовка всегда должна быть плотнозакрыта; перед началом работы не забудьте приподнять колпачок и диск с фитилем, чтобы избежать высокой вспышки пламени;

- не зажигайте спиртовку от другой горящей спиртовки, в горящую спиртовку не подливайте спирт;
- не допускайте сильного нагревания резервуара;
- не переносите горящую спиртовку (как и любой нагревательный прибор) - это очень опасно;
- обращайтесь с прибором осторожно, чтобы не уронить, не опрокинуть и не разбить его;
- не дуйте на горящую спиртовку; гасите ее только колпачком: поднесите колпачок сбоку и быстро накройте пламя;
- если авария произошла и горящий спирт разлился по столу, прикройте пламя накидкой, залейте водой или пеной.

2. При нагревании веществ непосредственно над открытым пламенем (спиртовки, горелки, сухого горючего):

- производите все действия предельно осторожно;
- до начала работы убедитесь, что пробирка или другая химическая посуда не имеет трещин, внешняя поверхность сосуда сухая;
- закрепляя пробирку или другой стеклянный сосуд в лапкештатива или пробиркодержателе, не применяйте чрезмерных усилий, так как при нагревании стекло расширяется;
- прогрейте пробирку со всех сторон, держа ее наклонно; далее прогревайте ту часть пробирки, где находится вещество;
- пробирку при нагревании держите так, чтобы выброшено случайно содержимое не попало на работающих или находящихся рядом,

3. При работе с любыми нагревательными приборами строго выполняйте следующие правила:

1. Не нагревайте пламенем без теплоизолирующей подставки крупную посуду (колбы, химические стаканы) из простого стекла, с большим объемом жидкости.

2. Сильно нагретую химическую посуду не ставьте на холодную или мокрую поверхность.

3. Нагревайте спирт, бензин, эфир и другие огнеопасные вещества только на водяной или песчаной бане; горелки, спиртовки при этом должны быть потушены.

4. Пробирку с газоотводной трубкой, опущенной в жидкость, не прекращайте нагревать до тех пор, пока не уберете газоотводную трубку из жидкости.

5. Никогда не выпаривайте растворы досуха.

6. Нагревая или прокаливая разбрзгивающиеся вещества, надевайте предохранительные очки для защиты глаз или проводите работу в вытяжном шкафу с закрытой створкой.

7. Не наклоняйтесь над сосудом, в котором что-либо кипит или в который наливают жидкость, особенно едкую, так как брызги могут попасть в глаза.

8. Не спешите браться за стекло незащищенными руками. Горячее стекло по внешнему виду не отличается от холодного.

9. При обнаружении любых неисправностей немедленно прекратите работу, сообщите учителю.

Инструкцию составил: _____

Одна из составивших



ДОЛЖНОСТНЫЕ ОБЯЗАННОСТИ по охране труда преподавателя химии

1 Преподаватель химии:

- 1.1 Руководствуется в своей работе Правилами по технике безопасности для кабинетов (лабораторий) химии общеобразовательных школ.
- 1.2 Обеспечивает здоровые и безопасные условия труда и обучения, а также при проведении лабораторных работ, соблюдение санитарно-гигиенического режима, правильное использование спецодежды и средств индивидуальной защиты.
- 1.3 Разрабатывает инструкции по охране труда на основании типовых и представляет их к утверждению руководству и профкому учреждения в установленном порядке, а также переутверждению один раз в три года.
- 1.4 Инструктирует лаборанта и практикантов на рабочем месте в соответствии с Правилами один раз в квартал с регистрацией в журнале инструктажа.
- 1.5 Проводит инструктажи учащихся по технике безопасности в пределах учебного плана с обязательной регистрацией в классном журнале.
- 1.6 В кабинете сосредотачивает инструкции, плакаты по безопасным приемам работы с химическими реагентами и растворами.
- 1.7 Перед началом работ проверяет исправность оборудования, вентиляции, системы электрического питания; в случае обнаружения неисправностей прекращает работу в кабинете до их устранения.
- 1.8 По окончании работы проверяет выключение электроприборов, закрывает газовые и водопроводные краны.
- 1.9 Не допускает совместное хранение реагентов, отличающихся по химической природе.
- 1.10 Не допускает хранение реагентов сверх нормативов, предусмотренных Типовыми перечнями и не предусмотренными ими.
- 1.11 Не допускает хранение реагентов и растворов в таре без этикеток или с надписями на ней, сделанными карандашом по стеклу.
- 1.12 Организовывает строгое хранение реагентов 7-й группы в отдельном сейфе или надежно запирающемся металлическом ящике с выведенной на внутренней стороне дверцы описью реагентов с указанием разрешенных для хранения максимальных масс или объемов их (опись утверждается руководителем учреждения).
- 1.13 Добивается эффективной работы вытяжного шкафа кабинета.
- 1.14 Не допускает учащихся к приготовлению растворов из концентрированных химических веществ.
- 1.15 Переливание концентрированных кислот и приготовление из них растворов производят в вытяжном шкафу с использованием воронки, в спецодежде и со средствами индивидуальной защиты.
- 1.16 При проведении лабораторных и практических работ, связанных с нагреванием жидкостей до температуры кипения, использованием разъедающих растворов, не допускает к занятиям без защитных очков и других средств индивидуальной защиты.
- 1.17 Не допускает прокладки самодельных удлинителей и переносок с нарушенной изоляцией.
- 1.18 Не допускает на уроках использование самодельного оборудования.
- 1.19 Не допускает использования кабинета химии в качестве классной комнаты для занятий по другим предметам и групп продленного дня.
- 1.20 Запрещает пробовать на вкус любые реагенты и растворы, пить и есть, класть продукты на рабочие столы в кабинете и лаборатории, принимать пищу в спецодежде.
- 1.21 Оказывает первую медицинскую помощь пострадавшим при несчастных случаях; немедленно информирует руководство школы о каждом несчастном случае.
- 1.22 Добивается обеспечения кабинета первичными средствами пожаротушения (огнетушитель, емкость не менее 5 л, кошма, песок, объемом не менее 0,05 м³, совок, охватом не менее 2 кг).
- 1.23 Организует эвакуацию учащихся из помещения в случае возникновения пожара, а также при неустранимой утечке газа.
- 1.24 Обязан уметь оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему.

Инструкцию составил:
зам. директора по УВР _____ -



ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда в кабинете химии
при работе с кислотами и щелочами

Работа с кислотами и щелочами различной концентрации требует осторожности и максимального внимания, особенно при нагревании. Попадая на кожу или глаза, эти вещества способны вызывать серьезные поражения.

Ожоги концентрированными кислотами очень болезненны, сопровождаются трудно заживающими ранами и оставляют рубцы. Разрушению также могут подвергнуться одежда и обувь.

При работе следует выполнять следующие правила:

1. Приготовление растворов из твердых щелочей, концентрированных кислот разрешается только учителю. Фарфоровую посуду наполовину заполните холодной водой, а затем небольшими порциями при постоянном перемешивании добавляйте вещество.

2. Учащиеся работают с концентрированными кислотами подщательным наблюдением и контролем со стороны учителя за их действиями, строго соблюдая методику работы, инструкцию по охране труда.

3. Смешивая серную кислоту с водой, приливайте кислоту к воде небольшими порциями, азотную кислоту смешивайте с серной, приливая азотную к серной. Пробирку с приготовляемой смесью охлаждайте, погружая в холодную воду.

4. Перемешивая вещества в пробирке, содержащей кислоту, незакрывайте отверстие пробирки пальцем руки, а используйте для этого пробку или перемешайте, слегка постукивая пальцем понижней части пробирки.

5. Работу с большим количеством кислот и щелочей производите в защитных очках и перчатках. С летучими веществами работайте под вытяжкой. Переливайте жидкости, пользуясь воронкой, работайте вдвоем.

6. Растворы кислот и щелочей готовьте в фарфоровой или стеклянной тонкостенной посуде.

7. Пользуясь кристаллическими щелочами, остерегайтесь попадания даже пылевидных частиц, образующихся при встряхивании, на руки и одежду. Не берите гранулы руками, используйте для этого шпатель или пинцет. При необходимости размельчения щелочей, натрой извести или других веществ работайте под вытяжкой или в хорошо проветриваемом помещении.

8. При переливании реактивов не наклоняйтесь над сосудами во избежание попадания капель жидкостей на кожу, глаза или одежду.

9. При всех опытах, при проведении которых возможно разбрзгивание, разбрасывание, взрыв или выброс веществ, надевайте очки, пользуйтесь защитным экраном.

10. Не храните растворы концентрированных щелочей в тонкостенной посуде долгое время (не более трех суток), так как в результате взаимодействия прочность посуды снижается.

11. Кислоты и щелочи не затягивайте ртом в сифон пипетки.

12. Не применяйте серную кислоту в вакуум-эксикаторах в качестве осушителя, так как в случае взрыва прибора вылившаяся кислота может попасть на работающего и вызвать сильный ожог.

13. Имейте наготове в лаборатории достаточные количества растворов для нейтрализации пролитых или попавших на работающих кислот и щелочей (растворы соды, аммиака, уксусной и борной кислот).

14. Пролитые кислоты или щелочи засыпайте песком, а затем обработайте совком со щеткой. Остатки реактива нейтрализуйте раствором соды, если пролита кислота, или раствором уксусной кислоты, если пролита щелочь.

15. При ожогах крепкими щелочами промойте пораженный участок водой и положите компресс из смоченной 1%-ным раствором уксусной кислоты. При ожогах концентрированными кислотами

промойте пораженный участок большим количеством воды, а затем 1%-ным раствором гидрокарбоната натрия, положите марлевый или ватный тампон, смоченный этим нейтрализующим средством. Если кислота или щелочь попали в глаза, промойте их водой, используя специальное приспособление, а затем 2%-ным раствором гидрокарбоната натрия для нейтрализации кислоты или 2%-ным раствором борной кислоты для нейтрализации щелочи. Для промывания используйте специальные глазные ванночки.

16. При отравлении щелочами (гидрооксидом натрия, нашатырным спиртом, поташем и т. п.) выпейте молоко или 2%-ный раствор уксусной, лимонной кислот или сок лимона. Не применяйте рвотных средств. При отравлениях кислотами выпейте воды с йодом или с тертым мелом, тертой яичной скорлупой (0.5 чайной ложки на стакан воды), 1 %-ный раствор пищевой соды, не промывайте желудок.

17. После оказания первой помощи обратитесь к врачу.

Инструкцию составил: _____

Ознакомился с *Федор*