

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ

Государственное бюджетное образовательное учреждение города Москвы средняя  
общеобразовательная школа № 2103

Голубинская ул., д.5, корп.4, г. Москва, 117574  
Телефон: (495) 423-38-11 Факс: (495) 423-38-11 E-mail: 2103@edu.mos.ru http://sch2103uz.mskobr.ru  
ОКПО 18651821, ОГРН 1137746932850, ИНН/КПП 7728858365/772801001

« Утверждаю »  
директор ГБОУ СОШ №2103  
Ильина Н.П.  
Приказ № 210  
« 2 » 09 2015г.



**ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ  
№ ИОТ-ТБ-092-16-2015**

**ПРИ ЗАНЯТИЯХ ЛЫЖНОЙ ПОДГОТОВКОЙ**

**1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ**

*К занятиям лыжной подготовкой допускаются:*

- учащиеся 1 – 11-х классов, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий лыжной подготовкой;
- прошедшие инструктаж по технике безопасности;
- ознакомленные с инструкциями по выполнению упражнений на лыжах;
- одетые в спортивную одежду и обувь, имеющие подогнанное спортивное снаряжение, соответствующие погодным условиям.

При занятиях лыжной подготовкой учащиеся обязаны соблюдать Правила поведения для учащихся. График занятий лыжной подготовкой определяется календарным планированием, утвержденным директором школы.

*Опасными и вредными факторами при занятиях лыжной подготовкой являются:*

- **физические** (лыжное оборудование и инвентарь; динамические перегрузки; низкие температуры, высокая влажность воздуха, сильный ветер и снегопад; экстремальный рельеф местности).

Учащиеся должны уметь оказывать первую доврачебную помощь.

О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить работнику, проводящему занятия по лыжной подготовке.

Учащимся запрещается без разрешения работника, проводящего занятия по лыжной подготовке, спускаться с гор.



