


СОГЛАСОВАНО
ПРЕДСЕДАТЕЛЬ ПК

 Т.Г. Васильюк

подпись

протокол № 4 « 18 » 05 2020г.

УТВЕРЖДАЮ
ДИРЕКТОР

 Н.И. Казанцева

подпись № 2

Приказ № 68 от « 18 » 05 2020г.



Инструкция

по технике безопасности для учащихся на занятиях по шахматам
в Центре образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста».

№ИОТ- 216 -2020

1. Общие требования безопасности.

1.1. К работе в классе шахмат допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний, прошедшие инструктаж по технике безопасности, ознакомленные с данной инструкцией по технике безопасности и правилам поведения.

1.2. Опасными факторами в классе шахмат являются:

Физические (неисправная или несоответствующая требованиям СанПиН мебель); опасное напряжение в электрической сети; технические средства обучения;

Химические (пыль);

Психофизиологические (напряжение зрения и внимания; интеллектуальные и эмоциональные нагрузки; длительные статистические нагрузки и монотонность труда)

1.3. Работа обучающихся в классе шахмат разрешается только в присутствии тренера-преподавателя.

1.4. Во время занятий посторонние лица могут находиться в классе только с разрешения тренера-преподавателя.

1.5. Во время перерывов между занятиями проводится обязательное проветривание помещения с обязательным выходом учащихся из класса.

1.6. Каждый обучающийся в ответе за состояние своего рабочего места и сохранность размещенного на нем оборудования.

1.7. Необходимо на каждом занятии проводить профилактику нарушения осанки и зрения. Для этого нужно следить за рабочей позой во время работы на занятиях. Правильная поза:

- длина сиденья должна соответствовать длине бедер учащегося;
- высота ножек стула должна равняться длине голени;
- голеностопный, коленный, тазобедренный суставы при сидении образуют прямой угол;
- между краем стола и грудной клеткой сидящего учащегося необходимо выдерживать расстояние равное ширине кисти ребенка;
- расстояние от глаз до стола соответствует 30-35 см;
- позвоночник опирается на спинку стула;
- предплечья лежат на поверхности стола симметрично и свободно;

- надплечья находятся на одном уровне.
- 1.8. Обучающиеся не должны приносить посторонние, ненужные предметы, чтобы не отвлекаться и не травмировать своих товарищей.
- 1.9. Обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.
- 1.10. Обучающиеся должны место нахождения аптечки и уметь оказать первую доврачебную помощь
- 1.11. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю.
- 1.12. Обучающимся запрещается без разрешения тренера-преподавателя подходить к имеющемуся в классе оборудованию, закрытым книжным шкафам.
- 1.13. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции, привлекаются к ответственности.

2. Требования безопасности перед началом занятий

- 2.1. Проверить правильность установки стола, стула.
- 2.2. Подготовить к работе рабочее место, убрав все лишнее со стола, а портфель или сумку в специально отведенное место.
- 2.3. Обо всех замеченных нарушениях, неисправностях, повреждениях и поломках немедленно доложить тренеру-преподавателю.
- 2.4. При работе в классе шахмат категорически запрещается:
 - находиться в классе в верхней одежде;
 - находиться в классе с напитками и едой.

3. Требования безопасности во время занятий

- 3.1. Входить в класс по указанию тренера-преподавателя, соблюдая порядок и дисциплину.
- 3.2. Неукоснительно выполнять требования тренера-преподавателя.
- 3.3. Постоянно поддерживать порядок и чистоту своего рабочего места.
- 3.4. Обучающиеся должны соблюдать правильную посадку: сидеть прямо, не сутулясь, опираясь областью лопаток на спинку стула, с небольшим наклоном головы вперед; предплечья должны опираться на поверхность стола.
- 3.5. Не включать самостоятельно компьютер.
- 3.6. Рекомендуется использовать оздоровительные моменты на занятиях:
 - физкультминутки, динамические паузы;
 - минутки релаксации;
 - дыхательная гимнастика;
 - гимнастика для глаз;
 - массаж активных точек;
 - речевая гимнастика.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

- 4.1. При возникновении повреждений на столах или других местах проведения занятий прекратить проведение занятий и сообщить администрации учреждения. Занятия продолжить только после устранения неисправности или замены оборудования.
- 4.2. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

