

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

РАССМОТРЕНО

На Совете колледжа

Протокол № 05

«06» 09 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГАПОУ СО «АКТП»

К.С. Ежов

«6» сентября 2023 г.



Инструкция
о безопасном поведении обучающихся на занятиях по физической
культуре
в государственном автономном профессиональном образовательном
учреждении Свердловской области
Артёмовский колледж точного приборостроения
ИОТ № 019-2023

г. Артёмовский

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 физической культуре 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 физкультурой допускаются обучающиеся, прошедшие настоящий инструктаж с регистрацией в журнале инструктажа, медицинский осмотр, 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. После болезни обучающийся обязан предоставить преподавателю справку из медицинского учреждения. Обучающиеся, имеющие освобождение от занятий по физкультуре, обязаны присутствовать на занятии.

1.6. В целях соблюдения требований охраны труда в спортивном зале необходимо:

- соблюдать требования настоящей инструкции;
- соблюдать правила личной гигиены;
- знать порядок действий при возникновении пожара или иной чрезвычайной ситуации и эвакуации, сигналы оповещения о пожаре;
- уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;
- знать месторасположение аптечки;
- Правила внутреннего распорядка обучающихся, Устав ГАПОУ СО «АКТП».

1.7. Во время проведения занятий по физкультуре вероятно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- нарушение остроты зрения при недостаточной освещённости спортивного зала;
- травмирование при неаккуратном выполнении упражнений на спортивных снарядах, а также на спортивном оборудовании, имеющем дефекты или недостаточно закреплённом;
- травмирование при неаккуратном обращении со спортивным инвентарем;
- травмирование при беге на влажном полу;
- травмы вследствие плохой разминки;
- травмы при столкновении;
- травмы при падении на твердом покрытии или грунте;
- травмы при нарушении правил спортивных игр;
- поражение электрическим током при прикосновении к электрооборудованию с открытыми токоведущим частям или кабелям питания с нарушенной изоляцией;
- высокая плотность эпидемиологических контактов.

1.8. В целях соблюдения правил личной гигиены и эпидемиологических норм необходимо:

- находиться в спортивной форме и удобной спортивной обуви;
- мыть руки с мылом после соприкосновения с загрязненными предметами, перед началом работы, после занятия и посещения туалета;
- не допускать приема пищи на занятиях по физической культуре;
- соблюдать требования СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21.

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

1.10. 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. Обучающиеся обязаны быть одетыми в спортивную форму и чистую спортивную обувь. Спортивная форма должна соответствовать температуре в спортивном зале и погодным условиям (при занятиях на спортивной площадке).

2.2. Во избежание несчастных случаев, обучающимся следует внимательно ознакомиться с правилами безопасности на занятиях физической культурой и строго соблюдать их выполнение.

2.3. Обучающиеся должны спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, входить и выходить из спортивного зала, раздевалок.

2.4. Урок начинается по звонку с построения в спортивном зале (спортивной площадке).

2.5. Перед началом урока необходимо снять часы, булавки, кольца и другие украшения, причесать волосы так, чтобы они не мешали занятиям.

2.6. Запрещено обучающимся приносить посторонние предметы на занятия физкультурой, чтобы не отвлекать и не травмировать окружающих.

2.6. Убрать из карманов спортивной формы все посторонние предметы.

2.7. Под руководством преподавателя физкультуры подготовить спортивный инвентарь, необходимый для проведения урока.

3. Требования охраны труда во время занятий.

3.1. Во время проведения занятия по физкультуре необходимо соблюдать тишину, быть внимательным и дисциплинированным на уроке.

3.2. В течение занятия обучающиеся должны придерживаться следующих правил:

- внимательно слушать и четко выполнять указания преподавателя физической культуры;
- начинать упражнения с разрешения преподавателя физической культуры;
- начинать занятия с разминки;
- выполнять упражнения только на исправных снарядах;
- не выполнять упражнения без страховки;
- не покидать самовольно место занятий;
- не выполнять другие действия без разрешения преподавателя физической культуры.

3.3. В течение занятия обучающиеся обучаются приемам и методам страховки и само страховки при выполнении упражнений. Перед выполнением сложных упражнений выполнять подготовительные, подводящие, специальные упражнения.

3.4. На уроках физкультуры обучающиеся обязаны выполнять только те упражнения, которые разрешил выполнять учитель.

3.5. Брать спортивный инвентарь, находящийся в спортивном зале или тренерской комнате, разрешается только с разрешения преподавателя.

3.6. Во время выполнения упражнений с мячами (теннисный, волейбольный, баскетбольный, футбольный, набивной) обучающийся обязан контролировать падение мяча, чтобы избежать умышленного травмирования окружающих.

3.7. Во время выполнения задания находится на отведенном для этого месте (во время бега, бежать по своей дорожке; во время зарядки стоять на своем месте, на безопасном расстоянии от соседа и т.д.).

3.8. Во время передвижений смотреть вперед, соблюдать дистанцию, избегать столкновений, избегать резкого изменения направления своего движения.

3.9. Во время занятий на улице, категорически запрещено покидать спортивную площадку, где проходит занятие.

3.10. На занятиях физкультуры запрещается жевать жевательную резинку, принимать какую-либо пищу.

3.11. При обнаружении поломок спортивного оборудования, обучающиеся должны немедленно сообщить преподавателю физической культуры.

3.12. В случае переутомления или плохого самочувствия, обучающийся должен прекратить занятия и немедленно сообщить преподавателю физической культуры.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. Перечень основных возможных аварий и аварийных ситуаций, причины их вызывающие:

- возникновение технической неисправности спортивных снарядов, тренажеров, спортивного инвентаря вследствие износа;
- пожар, возгорание, задымление, поражение электрическим током вследствие неисправности электрооборудования, оргтехники, шнуров питания;
- прорыв системы отопления, водоснабжения, канализации из-за износа труб.

4.2. В случае возникновения технической неисправности спортивных снарядов, тренажеров, спортивного инвентаря прекратить выполнение упражнения и немедленно сообщить преподавателю физической культуры.

4.3. В случае появления задымления или возгорания в спортивном зале, раздевалках, тренерской, снарядной (инвентарной) необходимо действовать по указаниям преподавателя.

4.4. При плохом самочувствии или получении травмы — немедленно сообщить преподавателю.

5. Требования охраны труда по окончании занятия по физкультуре.

5.1. Занятия по физкультуре заканчивается построением, на котором подводятся его итоги, сообщаются оценки, выдаётся домашнее задание.

5.2. При необходимости и с указания преподавателя обучающиеся убирают спортивный инвентарь.

5.3. После разрешения преподавателя обучающиеся организованно, спокойным шагом покидают спортзал (спортивную площадку) и расходятся по раздевалкам.

5.4. После физической нагрузки обучающимся не рекомендуется пить холодную воду во избежание простудных заболеваний.

5.5. После занятия обучающиеся должны переодеться в раздевалке.

5.6. В раздевалке обучающиеся должны вести себя тихо, не кричать, не мешать другим обучающимся.

5.7. После занятий вымыть с мылом руки и умыться.

Инструкцию разработал

Специалист по охране труда: _____ / _____ /