

Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
государственное автономное профессиональное образовательное учреждение
Свердловской области
«КРАСНОУРАЛЬСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ ТЕХНИКУМ»

«СОГЛАСОВАНО»
Председатель профсоюзного комитета
Мо- И.Н. Мосина

«12» 02 2020 г.

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГАПОУ СО
«Красноуральский
многопрофильный техникум»
Е.В. Елсукова
«12» 02 2020г.

ИНСТРУКЦИЯ № 007У-2020
по охране труда для обучающихся при проведении занятий по легкой атлетике

Инструкция разработана на основании Санитарно-эпидемиологических требований к организации учебно-производственного процесса в образовательных учреждениях начального профессионального образования (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 26 января 2003 г.) СанПиН 2.4.3.1186-03

1. Общие требования охраны труда

Занятия по легкой атлетике проводятся на оборудованных для этого спортивных площадках и в спортзале

К занятиям допускаются обучающиеся:

- прошедшие инструктаж по охране труда;
- не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья;
- имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий. Обувь должна быть на подошве, исключающей скольжение, плотно облегать ногу и не затруднять кровообращение.

При сильном ветре, пониженной температуре и повышенной влажности одежда должна соответствовать погодным условиям.

Обучающийся должен :

- не оставлять без присмотра спортивный инвентарь для прыжков и метаний, в том числе инвентарь, который не используется в данный момент на уроке;
- быть внимательным при перемещениях по спортивной площадке или сорту залу;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- знать и выполнять настоящую инструкцию.

За несоблюдение мер безопасности учащийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебном процессе.

2. Требования безопасности перед началом занятий

- 1) переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;
- 2) снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, висячие сережки и т. д.);

- 3) убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы;
- 4) под руководством преподавателя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;
- 5) по команде преподавателя встать в строй для общего построения.

3. Требования безопасности во время занятий.

- 1) При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке.
- 2) Во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановку
- 3) Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, не приземляться при прыжках на руки
- 4) Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания
- 5) Не производить метания без разрешения преподавателя, не оставлять без присмотра спортивный инвентарь
- 6) Не стоять справа от метающего, не находиться в зоне броска, не ходить, за снарядами для метания без разрешения преподавателя
- 7) Не подавать снаряд для метания друг другу броском

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

- 1) при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность преподавателя физкультуры;
- 2) при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством преподавателя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;

5. Требования безопасности по окончанию работы.

- 1) под руководством преподавателя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- 2) организованно покинуть место проведения занятия;
- 3) переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;
- 4) вымыть лицо и руки с мылом.

Разработал:

Специалист по охране труда

 Дунаева М.А.

Согласовано:

Заместитель директора по АПР и безопасности

 Рябова А.А.

Копию получила  С.В. Медведев