

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Кам'янець-Подільський фаховий коледж будівництва,
архітектури та дизайну



ЗАТВЕРДЖЕНО:

наказ директора

О.Мальченко

від 16.02.2023р № 35/1

ІНСТРУКЦІЯ З БЖД № 03-09
Під час занять з фізичної культури в спортивному залі

ІНСТРУКЦІЯ

Для студентів під час занять з фізичної культури у спортивному залі

1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

1.1. Усі студенти зобов'язані пройти медичний огляд.

1.2. На підставі даних про стан здоров'я й фізичний розвиток студентів розподіляють для занять фізичними вправами на медичні групи: а) основну; б) підготовчу; в) спеціальну.

1.3. Студентів, які не пройшли медичного огляду, до занять фізичної культури не допускають.

1.4. Студентів, тимчасово звільнених від занять, зобов'язані бути присутніми на заняттях фізичної культури. При цьому допускається їх залучення викладачем до підготовки занять. Тимчасове звільнення від занять фізичними вправами допускається з дозволу медичного персоналу навчального закладу.

1.5. Після перенесення хвороб студентів необхідно взяти дозвіл на відвідування занять фізичної культури в лікаря.

2. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПЕРЕД ПОЧАТКОМ ЗАНЯТЬ

2.1. Без дозволу викладача студентів забороняється заходити в спортзал і перебувати в ньому.

2.2. Студенти заходять до спортивного залу, виходять на спортивний майданчик у спортивному взутті та спортивній формі відповідно до пори року й погодних умов. Заходити в спортивний зал у брудному взутті забороняється.

2.3. Після дзвінка на заняття за командою викладача студенти шикуються в спортивному залі, на спортмайданчику.

3. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ

3.1. Без дозволу викладача студентам забороняється користуватися спортивним обладнанням та інвентарем.

3.2. Не дозволяється виконувати вправи на спортивних приладах (снарядах) без присутності й страхування викладача, а також маючи на собі будь-які прикраси. Не дозволяється приносити речі, які не потрібні на уроці або заважають його проведенню.

3.3. Студенти зобов'язані берегти спортивне обладнання та спортінвентар, не псувати його, не смітити, не приносити до спортзалу харчові продукти.

3.4. Під час виконання вправ на спортивних приладах (снарядах) студенти зобов'язані бути дисциплінованими, уважними, точно виконувати вказівки викладача.

3.5. Без команди викладача не переходити від одного приладу (снаряда) до іншого.

3.6. При виконанні вправ потоком необхідно дотримуватися належного інтервалу, не штовхатися, не зупинятися, не ставити підніжок.

3.7. Під час проведення занять із метання не можна перебувати в зоні кидка, перетинати цю зону, повертатися спиною в напрямку польоту об'єкта метання. Забороняється виконувати метання без дозволу й відома викладача.

3.8. При виконанні вправ на спортивних приладах (снарядах) необхідно знаходитися на безпечній відстані від місця виконання, не заважаючи один одному, дотримуватися правил техніки безпеки та санітарно-гігієнічних вимог.

3.9. Забороняється користуватися несправним спортивним інвентарем та обладнанням.

3.10. Студенти повинні вміти правильно виконувати й страхувати один одного під час виконання фізичних вправ та елементів.

3.11 Студенти зобов'язані підтримувати чистоту та порядок у спортзалі, роздягальнях, на спортмайданчику.

3.12. Студенти зобов'язані попередити викладача:

- про наявність документів про звільнення після хвороби;
- про погане самопочуття;
- якщо вийшло з ладу спортивне обладнання;
- про травмування під час заняття.

4. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПІСЛЯ ЗАКІНЧЕННЯ ЗАНЯТЬ

4.1. Після закінчення заняття студенти прибирають робоче місце, переодягаються й організовано виходять зі спортивного залу.

4.2. Провітрити й зробити вологе прибирання спортзалу.

5. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ В АВАРІЙНИХ СИТУАЦІЯХ

5.1. Про поранення, травмування, погане самопочуття негайно повідомити викладача.

5.2. Першу долікарську допомогу потерпілому може надати будь-який член педагогічного колективу. Під час надання першої долікарської допомоги слід використовувати тільки стерильні засоби, препарати з аптечки, що зберігається в спеціальному місці.

5.3. У випадку пожежі викликати пожежну службу за тел. 101, повідомити директора навчального закладу або чергового адміністратора, організувати евакуацію учнів у безпечне місце й розпочати гасіння пожежі наявними засобами пожежогасіння.

6. Відповідальність за порушення вимог даної інструкції

Особи, винні за порушення вимог даної інструкції, несуть відповідальність згідно чинного законодавства України.

посада керівника розділу:

[Signature]

С.М. Зюматдинов

УЗГОДЖЕНО:

Інженер з охорони праці

Е. М.

(підпис)

Е. М. Корова

(розшифровка підпису)

Юрисконсульт

[Signature]

(підпис)

Взімовський

(розшифровка підпису)

Голова профспілки

[Signature]

Ю. А. Волеска