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

РАССМОТРЕНО
На Совете колледжа
Протокол № 1
«29» 01 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор ГАПОУ СО «АКТП»
К.С. Ежов _____
«__» _____ 2025 г.

Инструкция
по охране труда для обучающихся при занятиях спортивными и подвижными играми (футбол, волейбол, баскетбол, теннис и др.) в государственном автономном профессиональном образовательном учреждении Свердловской области Артёмовский колледж точного приборостроения
ИОТ № 065-2025

г. Артёмовский

Документ подписан электронной подписью
Сертификат 5D 9E 2D C0 3F 8E 16 2C 36 62 81 A4 6D C0 17 D7
Владелец Ежов Кирилл Сергеевич
Действителен с 16 февраля 2024 г. по 11 мая 2025 г.

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 спортивным и подвижным играм 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 спортивными и подвижными играми допускаются обучающиеся, прошедшие настоящий инструктаж с регистрацией в журнале инструктажа, 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. При занятиях спортивными и подвижными играми выполнять только те упражнения, которые предусмотрены учебным планом. Запрещается выполнять упражнения, которые противоречат правилам техники безопасности.

1.6 Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

1.7. 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».

1.8. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу или площадке;
- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- травмы при нахождении в зоне броска во время занятий по метанию;
- выполнение упражнений без разминки;
- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности зала для гимнастических занятий;
- травмы при падении во время проведения подвижных игр и гимнастических упражнений.

1.9. 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 занятия, после занятия и посещения туалета;
- не допускать приема пищи на занятиях;
- соблюдать требования СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21.

1.10. Все положения данной инструкции обязательны для исполнения всеми обучающимися ГАПОУ СО «АКТП».
1.11. 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 Перед началом занятий необходимо снять имеющиеся серьги, кольца, часы, цепочки, заколки, иные украшения. Длинные волосы следует аккуратно заплести.
2.2 Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
2.3 Пройти инструктаж по правилам безопасного проведения подвижных игр.
2.4 Под руководством руководителя сделать разминку.

3. Требования охраны труда во время занятий
3.1 Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) руководителя, внимательно слушать и выполнять все его команды (сигналы).
3.2 Строго выполнять правила проведения подвижной игры.
3.3. При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке. Дорожка должна продолжаться не менее чем на 15 м за финишную отметку.
3.4. Во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановку.
3.5. Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, не приземляться при прыжках на руки.
3.6. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания. 3.7. Не производить метания без разрешения преподавателя, не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.
3.8. Не стоять справа от метающего, не находиться в зоне броска, не ходить за с для метания без разрешения руководителя.
3.9. Не подавать снаряд для метания друг другу броском.
3.10. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) руководителя.
3.11. Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.
3.12. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
3.13. Не выполнять упражнение на спортивных снарядах без преподавателя или его помощника, а также без страховки.
3.14. Не стоять близко к снаряду при выполнении упражнений другим студентом.
3.15. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах с влажными ладонями.
3.16. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.
3.17. Пребывание в спортивном зале разрешено только в присутствии руководителя

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях
4.1. Перечень основных возможных аварий и аварийных ситуаций, причины их вызывающие:
- возникновение технической неисправности спортивных снарядов, тренажёров, 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, тренажёров, 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 появлении во время занятий боли в теле, покраснения кожи, а также при плохом самочувствии, прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю.
4.5 При получении травмы немедленно сообщить об этом преподавателю.
4.6 При неисправности спортивного оборудования прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю.

5. Требования охраны труда по окончании занятий
5.1 Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
5.2 Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
5.3 Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Инструкцию разработал

Специалист по охране труда: _____ /_____/