

Министерство образования и науки Самарской области  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Самарской области  
**«САМАРСКИЙ ЭНЕРГЕТИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»**  
**(ГБПОУ «СЭК»)**

---

**СОГЛАСОВАНО:**  
Председатель профкома  
  
В.В. Попов  
« 9 » \_\_\_\_\_ 2022 г.



**УТВЕРЖДАЮ:**  
Директор ГБПОУ «СЭК»  
  
О.А. Смагина  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2022 г.



**ИНСТРУКЦИЯ №20-22**  
по охране труда для обучающихся  
при занятиях на открытых спортивных площадках  
в ГБПОУ «СЭК»

г. Самара  
2022 г.

## **I. Общие требования безопасности.**

Состояние спортивной площадки должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям. Нестандартное оборудование должно быть надёжно закреплено и находиться в исправном состоянии.

### **К занятиям допускаются обучающиеся:**

- отнесённые по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам;
- прошедшие инструктаж по мерам безопасности;
- 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.

### **Обучающиеся должны:**

- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
  - быть внимательным при перемещениях по стадиону;
  - знать и выполнять настоящую инструкцию.
- За несоблюдение мер безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранён от участия в учебном процесс.

## **II. Требования безопасности перед началом занятий.**

### **Обучающиеся должны:**

- переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, серёжки и т.д.);
- убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы;
- организованно выйти с учителем через центральный выход здания или запасный выход спортзала на место проведения занятий;
- под руководством преподавателя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;
- убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии;
- под руководством преподавателя инвентарь, необходимый для проведения занятий, переносить к месту занятий в специальных приспособлениях;
- по распоряжению преподавателя убрать посторонние предметы с беговой дорожки, ямы для прыжков и т.д.;
- по команде преподавателя встать в строй для общего построения.

## **III. Требования безопасности во время проведения занятий.**

Занятия проводятся на ровном нескользком грунте под руководством преподавателя физкультуры.

**Преподаватель обязан:**

- следить за выполнением обучающимися инструкций, правил поведения на уроке физкультуры и принимать решение об отстранении обучающихся от участия в учебном процессе за грубое или систематическое их нарушение.

**Обучающиеся должны:**

- внимательно слушать объяснения упражнений и правильно их выполнять;
- брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения преподавателя;
- выполнять упражнения только на исправном оборудовании;
- при выполнении упражнений потоком соблюдать достаточные интервал и дистанцию;
- быть внимательным при перемещениях по спортивной площадке: не мешать другим, не ставить подножек, избегать столкновений;
- не покидать территорию спортивной площадки без разрешения.

**IV. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.**

**Обучающиеся должны:**


- при получении травмы или ухудшения самочувствия прекратить занятия и поставить в известность преподавателя физкультуры;
- с помощью преподавателя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;
- при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством учителя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;
- по распоряжению преподавателя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

**V. Требования безопасности по окончании занятий.**

**Обучающиеся должны:**

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

Разработал: руководитель физического воспитания  Попов В.В.

Согласовано: специалист по охране труда  Балмашнова Н.В.  
Срок действия инструкции 5 лет.