



**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ХАНТЫ - МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ
Бюджетное учреждение профессионального образования Ханты-Мансийского
автономного округа – Югры
«Междуреченский агропромышленный колледж»**

Утверждаю:
Директор
БУ «Междуреченский агропромышленный колледж»
М.Л. Адамович
« 23 » ноября 2022 года



Согласовано:
Председатель первичной профсоюзной организации
А.В. Полякова М.В. Полякова
« 23 » ноября 2022 года

Инструкция ИОТ № 88

**Инструкция по охране труда для обучающихся при занятиях легкой атлетикой
на стадионе или спортивной площадке спортзала.**

2022г.

Настоящая инструкция разработана в соответствии с действующим законодательством и нормативно-правовыми актами в области охраны труда и может быть дополнена иными дополнительными требованиями применительно к конкретной должности или виду выполняемой работы с учетом специфики трудовой деятельности в БУ «Междуреченский агропромышленный колледж») (далее - Колледже) и используемых оборудования, инструментов и материалов. Проверку и пересмотр инструкций по охране труда организует работодатель. Пересмотр инструкций должен производиться не реже одного раза в 5 лет.

1. Общие требования охраны труда

1.1. К занятиям легкой атлетикой допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья

1.2. При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы тренировки и отдыха, правила личной гигиены.

1.3. На спортивного зала заниматься только в спортивной одежде и обуви с нескользкой подошвой, на спортивной площадке на открытом воздухе при ветреной погоде одеть лёгкую куртку и шапочку.

1.4. Соблюдать личную гигиену (следить за чистотой тела, коротко остригать ногти).

1.5. При проведении занятий по легкой атлетике возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- травмы при нахождении в зоне броска во время занятий по метанию;
- выполнение упражнений без разминки.
- при несоблюдении ТБ по лёгкой атлетике (травмирование рук, суставов, ушибы)

1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить преподавателю, который сообщает об этом администрации Колледжа. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю

1.7. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

1.8 Соблюдение данной инструкции обязательно для всех обучающихся, занимающихся на спортивной площадке или стадионе

2. Требования охраны труда перед началом занятий

1.1. Переодеться в спортивную одежду в раздевалке.

1.2. Не выходить на стадион без разрешения преподавателя или команды дежурного.

1.3. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, выйти на спортивную площадку или стадион.

1.4. Протереть насухо спортивные снаряды для метания

1.5. Провести разминку

3. Требования охраны труда во время занятий

3.1. При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке. Дорожка должна продолжаться не менее чем на 15 м за финишную отметку

3.2. Во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановку.

3.3. Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, не приземляться при прыжках на руки.

3.4. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.

3.5. Не производить метание без разрешения преподавателя, не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.

3.6. Не стоять справа от метящего, не находиться в зоне броска, не ходить за снарядами для метания без разрешения преподавателя

3.7. Не подавать снаряды для метания друг другу броском.

3.8. Не приступать к выполнению упражнений и учебных заданий без команды преподавателя.

3.9. Не выполняйте упражнения, не предусмотренные заданием преподавателя.

3.10. Соблюдайте дисциплину и порядок на занятиях.

3.11 Не уходите с занятий без разрешения преподавателя.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратите занятия и сообщите об этом преподавателю.

4.2. В случае травматизма сообщите учителю, он окажет вам первую помощь.

4.3. При возникновении аварийных ситуаций (бури, ураганы, ливня, грозы), по указанию преподавателя быстро, без паники, покиньте спортивную площадку или стадион.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Уходите со спортивной площадки по команде преподавателя спокойно, не торопясь.

5.2. Вымойте с мылом руки, умойтесь.

5.3. Снимите спортивную форму, обувь, используйте её только для занятий спортом.

5.4. О всех недостатках, замеченных вами во время занятий, сообщите преподавателю.

Разработал:
Заместитель директора
Карпова А.В.

Согласовал:
Специалист по ОТ
Сафин С.О.

