

Приложение 4
к приказу ГАОУ ВО МГПУ
от «30» ноября 2023 г. № 846/обц

Департамент образования и науки города Москвы

**Государственное автономное образовательное учреждение
высшего образования города Москвы
«Московский городской педагогический университет»**

СОГЛАСОВАНО

Председатель ОППО МГПУ

Ю.В. Смирнова

«28» ноября 2023 г.

Протокол № 1 от «25» ноября 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Ректор ГАОУ ВО МГПУ

И.М. Реморенко

« » 2023 г.

**ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА
ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ В СПОРТИВНЫХ ЗАЛАХ
И НА ОТКРЫТЫХ СПОРТИВНЫХ СООРУЖЕНИЯХ УНИВЕРСИТЕТА
№ ИОТ – 4/О**

1. Общие требования по охране труда

1.1. К занятиям в спортивных залах и на открытых спортивных сооружениях Университета допускаются обучающиеся:

1.1.1. прошедшие медосмотр и не имеющие противопоказаний для занятий;

1.1.2. пришедшие на занятие в установленное время в соответствующей спортивной форме и обуви;

1.1.3. прошедшие инструктаж по охране труда.

1.2. При проведении занятий в спортивных залах и на открытых спортивных сооружениях обучающиеся должны соблюдать:

1.2.1. расписание учебных занятий и отдыха;

1.2.2. правила выполнения физических упражнений;

1.2.3. правила личной гигиены.

1.3. Во время занятий возможны травмы (ушибы, вывихи, растяжения, переломы).

1.4. При неисправности спортивного оборудования необходимо прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю.

1.5. Выполнение требований настоящей инструкции является обязательным.

2. Требования охраны труда перед началом занятий

2.1. В случае заболевания или плохого самочувствия до начала занятий предупредить преподавателя.

2.2. Надеть спортивную форму и обувь с нескользкой подошвой.

3. Требования охраны труда во время занятий

3.1. Обучающиеся заходят в спортивный зал, выходят на спортивную площадку в спортивной обуви, форме и с разрешения преподавателя.

3.2. В начале занятия по команде преподавателя обучающиеся строятся в спортивном зале или на спортивной площадке.

3.3. Любые физические нагрузки нужно начинать с разминки.

3.4. Во время выполнения упражнений обучающиеся обязаны быть дисциплинированными, внимательными, чётко выполнять указания преподавателя.

3.5. Без команды преподавателя нельзя переходить с одного места занятий на другое.

3.6. Во время выполнения упражнений поточно необходимо соблюдать дистанцию, не толкаться, не останавливаться, не ставить подножек, соблюдать правила охраны труда и санитарно-гигиенические требования.

3.7. Обучающиеся должны правильно выполнять физические упражнения и страховать друг друга во время их выполнения.

3.8. Обучающиеся обязаны беречь спортивное оборудование и спортивный инвентарь, не портить его, не сорить, не приносить пищевые продукты в спортивный зал, поддерживать чистоту и порядок в спортзале, раздевалках, на спортплощадке.

3.9. Запрещается:

3.9.1. заходить в спортивный зал без спортивной обуви или в грязной обуви;

3.9.2. жевать жевательную резинку на занятии;

3.9.3. без разрешения преподавателя использовать спортивный инвентарь;

3.9.4. выполнять упражнения на спортивных снарядах в отсутствие и без страховки преподавателя;

3.9.5. заниматься в украшениях, часах, приносить вещи, которые не нужны на занятии или мешают его проведению;

3.9.6. мешать друг другу, смеяться над товарищами, когда они выполняют упражнения;

3.9.7. использовать неисправный спортивный инвентарь и оборудование.

3.10. При возникновении во время занятий болей в суставах, мышцах, покраснения кожи или потертостей, а также при плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом преподавателю, проводящему занятия.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При внезапном заболевании или несчастном случае пострадавший или очевидец обязан вызвать скорую помощь по телефону – 103 или 112.

4.2. Сообщить о случившемся преподавателю.

4.3. При обнаружении пожара или признаков горения в здании, помещении (задымление, запах гари, повышение температуры воздуха и др.):

4.3.1. немедленно сообщить в пожарную охрану по городскому телефону – 101 или 112, при этом назвать адрес, место возникновения пожара, сообщить свою фамилию;

4.3.2. сообщить о возникновении аварийной ситуации и ее характере преподавателю или другому работнику Университета, работникам охраны здания;

4.3.3. принять посильные меры по эвакуации людей и тушению пожара.

5. Требования охраны труда по окончании занятий

5.1. Убрать на хранение спортивный инвентарь в специально отведенное для этого место.

5.2. Снять спортивную одежду и спортивную обувь.

5.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

**ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ
ИНСТРУКЦИИ ПО ОХРАНЕ ТРУДА**

№ п/п	Должность	Ф.И.О. Должностного лица	Подпись Должностного лица	Дата	Примечание
1.	Специалист по охране труда	А.В. Махмадов			
2.	Начальник правового обеспечения	Н.А. Шинов			
3.	Начальник отдела охраны труда	Э.Ш. Идрисова			
4.	Начальник управления делами	М.А. Алексеева			