

Приложение 8  
к приказу ГАОУ ВО МГПУ  
от «30» ноября 2023 г. № 84608/с

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

«18» ноября 2023 г.

Протокол № 21 от «25» ноября 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Ректор ГАОУ ВО МГПУ

И.М. Реморенко

«  »    2023 г.

**ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА  
ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ  
ПО СИЛОВОМУ ТРОЕБОРЬЮ  
№ ИОТ – 8/О**

**1. Общие требования охраны труда**

- 1.1. К занятиям по силовому троеборью допускаются обучающиеся:
  - 1.1.1. прошедшие медосмотр и не имеющие медицинских противопоказаний для занятий спортом;
  - 1.1.2. обучающиеся подготовительной и специальной медицинских групп к занятиям не допускаются;
  - 1.1.3. прошедшие инструктаж по охране труда.
- 1.2. Обучающиеся должны соблюдать правила использования снарядов, установленные режимы занятий и отдыха.
- 1.3. При проведении занятий у обучающихся возможны травмы:
  - 1.3.1. при проведении занятий на неисправных, непрочных установленных и не закрепленных снарядах;
  - 1.3.2. при нарушении правил использования снарядов, а также при нарушениях установленных режимов занятий и отдыха.
- 1.4. Во время занятий возможны травмы (ушибы, вывихи, растяжение, переломы).
- 1.5. Занятия необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой, соблюдать правила их ношения.
- 1.6. Во время занятий обучающиеся должны соблюдать правила личной гигиены.

## **2. Требования охраны труда перед проведением занятий по силовому троеборью**

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

2.2. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.3. Проверить исправность и надежность установки и крепления всех снарядов.

2.4. Пройти инструктаж по безопасным приемам выполнения упражнений на снарядах.

## **3. Требования охраны труда во время проведения занятий по силовому троеборью**

3.1. Начинать выполнение упражнений на снарядах и заканчивать их только по команде (сигналу) тренера-преподавателя.

3.2. Не выполнять упражнения на неисправных, непрочно установленных и ненадежно закрепленных снарядах.

3.3. Соблюдать дисциплину, строго выполнять правила использования снарядов, учитывая их конструктивные особенности.

3.4. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) тренера-преподавателя, самовольно не предпринимать никаких действий.

3.5. Во время занятий обучающийся обязан:

3.5.1. неукоснительно выполнять все указания тренера-преподавателя, проводящего занятия;

3.5.2. использовать спортивный инвентарь только с разрешения и под руководством тренера-преподавателя, проводящего занятия;

## **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

4.1. При внезапном заболевании, травме или несчастном случае пострадавший или очевидец обязан:

4.1.1. вызвать скорую помощь по телефону – 103 или 112;

4.1.2. немедленно сообщить о случившемся преподавателю.

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

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

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

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

## **5. Требования охраны труда по окончании занятий**

- 5.1. Привести в исходное положение все тренажеры, убрать его на место.
- 5.2. Снять спортивную одежду, спортивную обувь и 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			