

**БІЛГОРОД-ДНІСТРОВСЬКИЙ ЕКОНОМІКО-ПРАВОВИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ
ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ УКООПСІЛКИ
«ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА ТОРГІВЛІ»
(БДЕПФК)**

**ІНСТРУКЦІЯ З ОХОРОНИ ПРАЦІ ТА БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ №8
ДЛЯ ВСІХ УЧАСНИКІВ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ
ПІД ЧАС ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ ТА ЗАХОДІВ
З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ЗАНЯТЬ
СПОРТОМ У СПОРТИВНІЙ ЗАЛІ ТА НА СПОРТИВНИХ
МАЙДАНЧИКАХ БДЕПФК**

м. Білгород – Дністровський, 2022.

БІЛГОРОД-ДНІСТРОВСЬКИЙ ЕКОНОМІКО-ПРАВОВИЙ ФАХОВИЙ КОЛЕДЖ

**ВИЩОГО НАВЧАЛЬНОГО ЗАКЛАДУ УКООПСІЛКИ
«ПОЛТАВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ЕКОНОМІКИ ТА ТОРГІВЛІ»
(БДЕПФК)**

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ від 29.08.2022 №119

Директорка БДЕПФК

Ганна БОЙКО

**Інструкція з безпеки життєдіяльності №8
для всіх учасників освітнього процесу під час проведення занять та
заходів з фізичної культури, фізичного виховання та занять спортом у
спортивній залі та на спортивних майданчиках БДЕПФК**

1. Загальні вимоги безпеки життєдіяльності при проведенні занять та заходів з фізичної культури, фізичного виховання та занять спортом у спортивній залі та на спортивних майданчиках БДЕПФК

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності №8 при проведенні занять та заходів з фізичної культури, фізичного виховання та занять спортом у спортивній залі та на спортивних майданчиках БДЕПФК розроблена у відповідності до Закону України "Про охорону праці" (Постанова ВР України від 14.10.1992 № 2694-ХІІ) в редакції від 20.01.2018, на основі «Положення про розробку інструкцій з охорони праці в БДЕПФК», Положення про порядок проведення навчання і перевірки знань з питань охорони праці, затверджених педагогічною радою (протокол №1 від 29 вересня 2022 року).

1.2. Інструкція з охорони праці та безпеки життєдіяльності встановлює вимоги для всіх учасників освітнього процесу під час занять з фізичної культури, фізичного виховання та занять спортом у БДЕПФК.

1.3. До занять з фізичної культури, фізичного виховання та занять спортом у БДЕПФК мають допуск особи, які пройшли інструктаж з охорони праці та безпеки життєдіяльності, ознайомилися з даною інструкцією під підпис і не мають будь-яких протипоказань за станом здоров'я.

1.4. Заняття з фізичної культури, фізичного виховання та спортом у БДЕПФК повинні проводитися відповідно до програми навчання.

1.5. Заняття в плановому освітньому процесі і позаплановому (заняття у секціях, гуртках тощо) мають право проводитися тільки викладачами фізичної культури або особами, які мають належну освіту та кваліфікацію.

1.6. На підставі даних про стан здоров'я і фізичного розвитку здобувачів фахової передвищої освіти викладач повинен розподілити їх на групи для занять фізичними вправами: основну, підготовчу, спеціальну. Виконують нормативи тільки студенти основної групи здоров'я. Студенти інших груп здоров'я зобов'язані бути присутніми на занятті з фізичної культури, фізичного виховання.

Після перенесення хвороби необхідно взяти дозвіл на відвідування занять з фізичної культури, фізичного виховання у лікаря.

1.7. Не допускати здобувачів фахової передвищої освіти до занять та самому не знаходитися у спортзалі без спеціального спортивного одягу та взуття.

1.8. Викладачі та здобувачі фахової передвищої освіти повинні знати вимоги правил надання першої медичної допомоги потерпілим і вміти їх використовувати.

1.9 Здобувачам фахової передвищої освіти забороняється:

- знаходитися у спортзалі без нагляду викладача;

- влаштовувати ігри, змагання, використовувати обладнання без узгодження з викладачем та без його безпосереднього нагляду.

1.10. Викладач повинен стежити за правильним освітленням і провітрюванням спортзалу.

2. Вимоги безпеки перед початком занять

2.1. Підготувати спортзал і обладнання:

- провітрити спортзал;

- перевірити надійність кріплення гімнастичних приладів, правильність укладення матів тощо;

- перевірити справність освітлення;

- перевірити чистоту і сухість підлоги.

2.2. Обладнання необхідно розміщувати так, щоб навколо кожного гімнастичного приладу була безпечна зона.

2.3. Перевірити у студентів наявність спецодягу і взуття.

3. Вимоги безпеки під час проведення занять:

- вправи треба виконувати тільки в присутстві викладача;

- укладати мати таким чином, щоб їх поверхня була рівною;

- під час виконання здобувачами фахової перед вищої освіти гімнастичних вправ потоком (один за одним) слід дотримуватись необхідних інтервалів;

- під час занять, тренування та змагань здобувачі фахової передвищої освіти мають виконувати вказівки викладача, дотримуватись встановлених правил проведення і послідовність занять, поступово давати навантаження на м'язи з метою запобігання травматизму;

- перед початком гри у м'яч слід відпрацювати техніку удару і ловлю м'яча, правильну стійку і падіння під час приймання м'яча, персональний захист;

- кільця для гри у баскетбол слід закріплювати на висоті 3,05 м від підлоги спортивного майданчика, довжина сітки кілець має становити 0,4;

- одяг здобувачів фахової передвищої освіти, які займаються спортивними іграми, має бути легким, не затрудняти рухів, взуття у гравців на гнучкій підошві типу кедів, кросівок, у футболістів - на жорсткій підошві;

- гравцям не слід носити на собі будь-які предмети, небезпечні для себе та інших гравців;

Заборонено!

1. Заходити до спортивної зали без спортивного взуття чи у брудному взутті.

2. Жувати жувальну гумку на занятті.

3. Без дозволу користуватися спортінвентарем.

4. Виконувати вправи на спортивних приладах без присутності та без страхування викладача.

5. Займатися у прикрасах, годинниках, приносити речі, які не потрібні на занятті і заважають його проведенню.

6. Заважати одне одному, глузувати з товаришів, коли вони виконують вправи, провокувати конфліктну ситуацію.

4. Вимоги по закінченню занять.

4.1. Після закінчення занять прибрати спортивний інвентар на місце його зберігання.

4.2. Кожного дня після закінчення занять у спортзалі проводити вологе прибирання.

4.3. Після кожного заняття провітрювати спортзал.

4.4. Після закінчення занять спортзал необхідно закривати ключем, ключ здавати черговому сторожу.

5. Дії при виникненні нещасного випадку.

5.1. У разі нещасного випадку викладач повинен надати долікарську допомогу потерпілому, повідомити медсестру, а за потреби викликати швидку медичну допомогу за телефоном — 103; у випадку пожежі — викликати службу з надзвичайних ситуацій за телефоном — 101..

5.3. Повідомити адміністрацію БДЕПФК про нещасний випадок.

6. Завершальні положення інструкції

6.1 Інструкція з безпеки життєдіяльності №8 при проведенні занять та заходів з фізичної культури, фізичного виховання та занять спортом у спортивній залі та на спортивних майданчиках БДЕПФК повинна здійснюватися не рідше одного разу на 5 років.

6.2. Дана інструкція повинна бути достроково переглянута в наступних випадках:

- при перегляді міжгалузевих і галузевих правил і типових інструкцій з охорони праці та техніки безпеки;
- при черговому впровадженні нової техніки і (або) нових технологій;
- за результатами аналізу матеріалів розслідування аварій та нещасних випадків на робочому місці, а також професійних захворювань;
- на вимогу Державної служби України з питань праці.

6.3. Якщо протягом 5 років з дня затвердження (введення в дію) даної інструкції з техніки безпеки під час прибирання території БДЕПФК умови праці не змінюються, то її дія автоматично продовжується на наступні 5 років.

6.4. Відповідальність за своєчасне внесення змін і доповнень, а також перегляд даної інструкції покладається на відповідального співробітника БДЕПФК.

_Викладач фізичного виховання
(посада розробника)

(підпис)

Юрій БЕСПАЛИЙ
(ім'я, прізвище)

Узгоджено:

_Заступник із забезпечення
освітнього процесу
(посада розробника)

(підпис)

(ім'я, прізвище)

Наталя МІУС

Інспектор з охорони праці
(підпис)

(ім'я, прізвище)

Уповноважена особа Анастасія ГОРЧАК
(підпис) (ім'я, прізвище)