

СОГЛАСОВАНО

Председатель первичной профсоюзной организации



Л.А. Попова

«19» 10 2023г.

Протокол № 13

«19» 10 2023г.

УТВЕРЖДАЮ

Ректор СурГУ



С.М. Косенок

«01» 11 2023г.

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда на учебных занятиях по дзюдо
кафедры физической культуры
(для студентов)
ИОТВ-220-2023

г. Сургут

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда на учебных занятиях по дзюдо
кафедры физической культуры
(для студентов)
ИОТВ-220-2023

1. Общие требования охраны труда

1.1. К учебным занятиям по дзюдо допускаются студенты:

- прошедшие медосмотр и не имеющие медицинских противопоказаний;
- пришедшие на занятие в установленное время в спортивной форме, соответствующей занятиям по дзюдо;
- прошедшие инструктаж по охране труда и расписавшиеся в журнале инструктажа.

1.2. Студенты должны беспрекословно выполнять требования преподавателя, не допускать действий, мешающих проведению занятий и создающих травмоопасную ситуацию.

1.3. При проведении учебных занятий по дзюдо возможно воздействие следующих опасных факторов:

- травмы из-за не соответствующей спортивной формы, спортивного инвентаря;
- травмы из-за применения запрещенных приемов, неправильного подбора спарринг партнеров (значительно отличающихся весовой категории, спортивному мастерству);
- травмы при падениях и столкновениях;
- выполнение упражнений без разминки.

1.4. В случае заболевания, сильного утомления или плохого самочувствия до начала занятий необходимо предупредить преподавателя и обратиться в медпункт.

1.5. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить преподавателю, который сообщает об этом администрации Университета.

1.6. Выполнение требований настоящей инструкции является обязательным. В случае обнаружения опасности, грозящей жизни или здоровью кому-либо из присутствующих, необходимо немедленно сообщить преподавателю.

1.7. Студенты, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности в соответствии с Правилами внутреннего распорядка обучающихся, с последующим прохождением внепланового инструктажа по охране труда.

2. Требования охраны труда перед началом учебного занятия

2.1. Надеть спортивную форму и специальную спортивную обувь с нескользкой подошвой (возможно проведение занятий босиком).

2.2. Занимающиеся должны снять все украшения (серьжки, браслеты, кольца и прочее), часы, булавки, металлические заколки, которые могут стать причиной травмы.

2.3. Девушкам аккуратно убрать волосы в хвост или косу, использовать мягкую резинку.

2.4. Под руководством преподавателя тщательно выполнить разминку.

3. Требования охраны труда во время учебного занятия

3.1. Начинать выполнение упражнений только по команде (сигналу) преподавателя.

3.2. Не приступать к основной части занятия без предварительной разминки.

3.3. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.

3.4. При выполнении упражнений четко выполнять команды (сигналы) преподавателя.

3.5. При выполнении бросков необходимо соблюдать технику падения с самостраховкой во избежание получения травмы.

3.6. Во время поединков не превышать дозволенный контакт установленный преподавателем.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю.

4.2. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю. Занятия продолжат только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования.

4.3. При получении травмы, немедленно сообщить преподавателю.

4.4. При возникновении пожара в спортивном зале под руководством преподавателя немедленно эвакуироваться из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы.

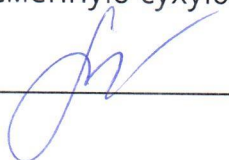
5. Требования охраны труда по окончании учебного занятия

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь, об обнаруженных неисправностях оборудования сообщить преподавателю.

5.2. Снять спортивную одежду (форму), принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

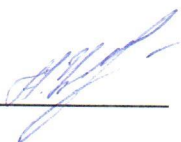
5.3. Надеть сменную сухую одежду.

РАЗРАБОТАЛ: _____



Зав. кафедрой физической культуры
Н.В. Пешкова

СОГЛАСОВАНО: _____



Руководитель СПП и ОТ А.В. Чернопятов