

**Религиозная исламская образовательная организация высшего образования
Ингушский исламский университет имени Хаматхана-Хаджи Барзиева**

УТВЕРЖДАЮ:

**Ректор Религиозной исламской
образовательной организации
высшего образования Ингушский
исламский университет имени
Хаматхана-Хаджи Барзиева**



Албаков И.Х.

20 г.

**ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА
ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ**

1. Общие требования охраны труда

1.1. К занятиям в спортивном зале допускаются лица, прошедшие медицинский контроль и имеющие допуск к занятиям в объеме, предусмотренном врачебным контролем, выраженным в названии медицинской группы.

1.2. При проведении занятий в спортивном зале соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий в спортивном зале возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при нарушении правил использования оборудования и спортивного инвентаря;
- травмы при непрочно установленных и не закрепленных спортивных снарядах, тренажерах и иного оборудования спортивного зала.

1.4. При проведении занятий в спортивном зале должна быть медицинская аптечка, укомплектованная изделиями медицинского назначения для оказания первой помощи пострадавшим.

1.5. При проведении занятий необходимо соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить об этом преподавателю. Преподаватель обязан сообщить о несчастном случае администрацию Университета.

1.7. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать установленный порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены,

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

2. Требования охраны труда перед началом занятий в спортивном зале

2.1. Занятия проводятся при температуре в спортивном зале не ниже 8⁰С.

2.2. Обучающиеся допускаются в зал и уходят из него только с разрешения преподавателя.

2.3. Находиться в спортивном зале разрешается только в спортивной форме и сменной спортивной обуви.

2.4. При проведении спортивных игр необходимо снять кольца, серьги, цепочки, часы. Ногти должны быть коротко острижены, длинные волосы завязаны.

3. Требования охраны труда во время занятий в спортивном зале

3.1. Во время занятий запрещается курение, нахождение в нетрезвом состоянии под влиянием наркотических средств, употребление жевательной резинки.

3.2. Не разрешается самовольный уход из спортивного зала без разрешения преподавателя.

3.3. Не разрешается заниматься на гимнастических снарядах без преподавателя.

3.4. Не разрешается выполнение сложных гимнастических упражнений без страховки.

3.5. Запрещается выполнение упражнений на плохо закрепленных или неисправных снарядах.

3.6. Запрещается переносить и перевозить тяжелые гимнастические снаряды без применения специальных устройств.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. Если во время занятий произошел несчастный случай (травма, потеря сознания), то необходимо срочно прервать занятие, оказать посильную помощь пострадавшему, поставить в известность преподавателя и администрацию Университета о случившемся.

4.2. При возникновении пожара немедленно эвакуировать обучающихся из здания, сообщить о пожаре администрацию и в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения (огнетушитель, внутренний пожарный кран и т.д.).

5. Требования охраны труда по окончании занятий в спортивном зале

5.1. После занятий необходимо убрать спортивные снаряды, инвентарь, при наличии неисправностей сообщить о них преподавателю.

5.2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки.