Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

«Московский государственный технический университет имени Н.Э.Баумана

(национальный исследовательский университет)»

(МГТУ им. Н.Э.Баумана

 «Согласовано» «Утверждаю»

 Председатель профкома студентов Ректор

 МГТУ им. Н.Э.Баумана МГТУ им. Н.Э.Баумана

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Бойко В.П. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_А.А.Александров

« \_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2019г.

**ИНСТРУКЦИЯ**

**по технике безопасности для студентов МГТУ им. Н.Э.Баумана**

**на занятиях по специализации «ОФП» в спортивном комплексе**

**№\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

2019г.

**1.** Все студенты МГТУ им. Н.Э. Баумана согласно внутреннему уставу университета и **ГОСТУ Р 56199-2014 «Национальный Стандарт Российской Федерации - Объекты Спорта»**, обязаны:

 - строго соблюдать и поддерживать общественный порядок, общепринятые нормы на территории спорткомплекса МГТУ им. Н.Э. Баумана.

- пройти медосмотр и получить паспорт здоровья, дающий право заниматься занятиями физической культурой по медицинским показателям.

 **2. Перед началом каждого семестра:**

- студент обязан пройти инструктаж по технике безопасности на занятиях по физической культуре и расписаться в журнале у своего преподавателя.

 **3. Перед занятием студент обязан:**

- переодеться в раздевалке в чистую спортивную обувь и спортивную форму, которые должны соответствовать месту проведения занятий.

- запрещается входить в зал (манеж) без разрешения преподавателя, самостоятельно брать и пользоваться без разрешения спортивным инвентарем.

- в случае если занятие проводится на улице, спортивная одежда и обувь должна соответствовать текущим погодным условиям.

- снять с себя и убрать из карманов все предметы, которые могут представлять собой опасность при занятиях физкультурой – браслеты, перстни, часы, мобильный телефон и так далее.

- за 5 минут до начала занятия, пройти в спортивный зал согласно своему расписанию.

**4. На занятиях студент обязан:**

 - внимательно слушать и неукоснительно выполнять инструкции преподавателя по технике безопасности при выполнении упражнений.

- при поточном выполнении упражнения (один за другим) соблюдать достаточный интервал, чтобы не было столкновения.

 - находится на местах занятий только в спортивной форме и сменной обуви.

 - следить, чтобы в местах соскоков со спортивных снарядов поверхность была ровной.

- следить, чтобы в зонах безопасности во время бега и прыжков не было посторонних предметов и людей.

- использовать беговые упражнения только в направлении против часовой стрелки.

- бегать на короткие дистанции только по индивидуальным дорожкам.

- в беге на средние и длинные дистанции при обгоне соблюдать технику безопасности при перемещении на внешнюю беговую дорожку, необходимо делать это во время бега по прямой.

- поддерживать чистоту, правила санитарии и пожарной безопасности.

 - при ухудшении самочувствия или получении травмы студент обязан немедленно прекратить занятие и сообщить об этом преподавателю.

- не покидать место проведения занятия без разрешения преподавателя.

 **5. На занятиях запрещено:**

 - проносить верхнюю одежду, сумки, рюкзаки, пакеты, свёртки, колющие, режущие предметы, стеклянную посуду, огнестрельное оружие, петарды, ядовитые, огнеопасные вещества и другие предметы, которые мешают проведению занятий и могут причинить вред здоровью занимающимся.

- курить, приносить и распивать спиртные напитки.

 - начинать занятия в отсутствии преподавателя.

 - смещаться в беговых упражнениях на соседние дорожки.

- после финиша сразу останавливаться, нужно пробежать ещё немного по инерции вперёд, постепенно снижая скорость.

- совершать обгон на поворотах при беге на манеже.

- без разрешения преподавателя использовать спортивный инвентарь и оборудование.

 - самостоятельно переносить спортивные снаряды и инвентарь.

 - жевать жевательную резинку или употреблять пищу во время занятия.

 - покидать место занятия без разрешения преподавателя.

**6. Преподаватель обязан:**

 - не допускать к занятию студентов, не имеющих паспорта здоровья.

 - не допускать к занятиям студентов, не прошедших инструктаж по технике безопасности.

 - обеспечить дисциплину на занятии.

 - не оставлять без присмотра одних студентов.

 - обеспечить безопасное выполнение физических упражнений.

 - обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря.

 - при возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом руководству спортивного комплекса.

 - при ухудшении самочувствия или получении травмы студентом, преподаватель обязан немедленно прекратить занятие и вызвать врача.

 - не оставлять студента одного в опасности до прихода врача.

 - о каждом несчастном случае, преподаватель обязан немедленно сообщать заведующему кафедрой «ФВ» в письменном виде.

 - в случае возникновения пожара и других внештатных ситуаций, которые угрожают безопасности и жизни студентов, преподаватель обязан обеспечить эвакуацию студентов в безопасное место, воспользовавшись планом эвакуации и дополнительной информацией предоставленной администрацией спортивного комплекса МГТУ им. Н.Э. Баумана.

 - преподаватель, убедившись, что все студенты эвакуированы, место занятия должен покинуть последним.

 - лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности, привлекаются к дисциплинарной ответственности соответствии с правилами внутреннего распорядка МГТУ им. Н.Э. Баумана.

Декан ФОФ,

заведующий кафедрой «ФВ» Нечушкин Ю.В.

 «Согласовано»

Начальник УОТ и ТБ Зуев А.А.