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 «ВОЛЕЙБОЛ» в спортивном зале**

**№\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

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. Общие требования безопасности:**

- состояние спортивного зала (освещение, полы, стены, потолок) должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям.

- спортзал должен быть оборудован средствами пожаротушения, и иметь аптечку, укомплектованную необходимыми медикаментами и перевязочным материалом для оказания доврачебной помощи.

- занимающиеся должны пройти инструктаж по технике безопасности и иметь чистую одежду и обувь, бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию.

 **3. Перед началом каждого семестра:**

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

**4. Требования безопасности перед началом занятий**

- убрать посторонние предметы в безопасное место, в том числе инвентарь, который не будет использоваться.

- производить между сменами влажную уборку, а при необходимости и чаще.

- при недостаточной освещённости включить осветительные приборы.

- проверить состояние запасного выхода и его санитарно-гигиенические нормы.

 **5.** **Перед занятием студент обязан:**

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

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

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

- не заходить на площадку спортивного зала без разрешения преподавателя и не выполнять упражнений на снарядах.

 **6. На занятиях студент обязан:**

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

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

 - поддерживать чистоту, правила санитарии и пожарной безопасности.

 - использовать оборудование по его назначению.

- выполнять упражнения на исправном оборудовании и с разрешения преподавателя.

- знать простейшие правила игры в волейбол и соблюдать их.

- при перемещениях по залу избегать столкновений.

- при выполнении передачи сверху: после подбрасывания мяча над собой необходимо встречать мяч над головой фалангами пальцев открытых ладоней отправляя в сторону партнера.

- при выполнении приема мяча снизу – встречать мяч на согнутых ногах руками на уровне пояса и ниже.

- при выполнении подачи, нападающего удара: убедиться, что партнер готов к приему мяча; принимать сильно летящий мяч на уровне головы, двумя руками сверху, открытыми ладонями.

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

**7. 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.

 - проходить на территорию спорткомплекса с животными.

 - курить, приносить и распивать спиртные напитки.

 - начинать занятия в отсутствии преподавателя.

 - 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.

**8. После занятий студент обязан:**

- убрать инвентарь в место хранения.

- организованно покинуть место проведения занятия.

- переодеться в раздевалке, принять душ, вымыть руки и лицо.

**9.** **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.

-довести до сведения ответственного за спортивный зал обо всех недостатках и неисправностях.

 - 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.