

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА И МЕРАМ БЕЗОПАСНОСТИ

**при организации и проведении занятий
цикла «пластическое воспитание», физической культуры и спорта,
элективных курсов по физической культуре и спорту,
биомеханики, хореографии и других хореографических дисциплин**

1. Настоящие Правила безопасности являются обязательными при организации и проведении занятий по *сценическому движению, сценическому бою, фехтованию, ритмике, хореографии, танцу, сценическому танцу, физической культуры, элективных курсов по физической культуре* и других занятий с применением сложно-двигательных умений и навыков студентов.

2. Административный, педагогический персонал Института должен руководствоваться настоящими Правилами, знать и соблюдать их в своей практической деятельности.

I. Общие требования безопасности

Настоящая инструкция является обязательной для преподавателей дисциплин из цикла *пластического воспитания (сценическое движение, сценический бой, фехтование, ритмика, хореография, танец, театральная биомеханика и другие), физической культуры, элективных курсов по физической культуре*.

Преподаватель должен:

- организовать изучение студентами правил безопасности;
- вносить предложения по улучшению условий проведения образовательного процесса;
- знать подготовленность и функциональные возможности каждого студента;
- проводить общий инструктаж (вначале каждого учебного года) студентов по безопасности труда на учебных занятиях;
- знать, что нестандартное оборудование, инвентарь и реквизит, используемые студентами, должны быть в исправном состоянии и соответствовать целям их применения.

Студенты должны:

- следить за состоянием оборудования, инвентаря, реквизита, бережно к нему относиться и незамедлительно сообщать преподавателю обо всех выявленных недостатках;
- знать и выполнять настоящую инструкцию;
- знать технику выполнения упражнений;
- за несоблюдение мер безопасности студент может быть не допущен или отстранен от участия в учебном процессе;
- знать общие меры и приемы безопасности при работе в коллективе;

- соблюдать технику безопасности при обращении с реквизитом, спортивным инвентарем, при выполнении упражнений, этюдов, отрывков;
- при самостоятельном выполнении упражнений, этюдов студент должен знать технику выполнения, ответственность за технику безопасности и свое здоровье студент берет на себя.

II. Требования безопасности перед началом проведения занятий

Перед началом занятий преподаватель должен:

- провести тщательный осмотр места проведения занятий, убедиться в исправности стандартного оборудования, инвентаря и реквизита;
- проветрить помещения при помощи естественной или принудительного проветривания;
- знать студентов, освобожденных врачом после болезни, и отмечать студентов, отсутствующих на занятии;

Общие требования к форме и внешнему виду студентов:

- спортивная обувь должна быть в строгом соответствии требованиям преподавателя данной дисциплины;
- спортивные штаны или комплект спортивной одежды, закрывающий коленные суставы;
- футболка или водолазка, закрывающая плечи и плечевые суставы,
- форма должны быть без молний, застежек и других жестких или мешающих элементов;
- волосы должны собираться в прическу при помощи мягких, не металлических элементов;
- все украшения, бижутерия, а также декоративные элементы одежды, мешающие элементы одежды категорически запрещаются;
- студент обязан заниматься в надлежащей форме, установленной преподавателем.

III. Требования безопасности во время проведения занятий

Во время занятия преподаватель должен:

- перед началом освоения нового раздела учебной программы преподаватель обязан провести устный инструктаж по мерам безопасности на данном разделе;
- проводить разогревающий и подготовительный тренинги или организовать процесс самостоятельного выполнения учащимися данных видов тренинга;
- предусмотреть меры безопасности при выполнении физических упражнений и проинструктировать студентов о порядке, последовательности и мерах безопасности при выполнении физических упражнений;
- обучать студентов безопасным приемам выполнения физических упражнений;
- обучать студентов приемам страховки и само страховки для сложных индивидуальных, парных и коллективных упражнений и элементов;

- на основании медицинских показаний знать физическую подготовленность и функциональные возможности каждого студента, в необходимых случаях обеспечивать страховку;
- при появлении у студентов признаков утомления или при жалобе на недомогание и плохое самочувствие отстранить студента от выполнения физических упражнений;
- следить за выполнением студентами инструкций, правил поведения на занятиях и принимать решение об отстранении студентов от участия в учебном процессе в результате нарушений ими правил инструкции.

Во время занятия студент должен выполнять следующие требования:

- должен сообщать преподавателю до начала занятий о недомоганиях, болезнях, травмах;
- во время занятий почувствовал недомогание, обязан прекратить выполнять упражнения, комбинацию и поставить в известность преподавателя;
- обязан быть внимательным к объяснению преподавателем техники выполнения упражнения или отдельных элементов;
- при сомнении последовательности и техники выполнения упражнения или его элементов обязан обратиться к преподавателю за разъяснением;
- выполнять упражнения или их элементы только по команде преподавателя, запрещается студенту без команды преподавателя выполнять упражнения или их элементы;
- применять методы страховки;
- запрещается находиться в зоне работы другого студента или партнера (за исключением страхового);
- запрещается отвлекаться и отвлекать других во время выполнения упражнений, комбинаций или страховки;
- запрещается выполнять сложные акробатические упражнения без страхового оборудования и страхующих партнеров;
- при выполнении упражнений, комбинаций, элементов упражнений, комбинаций в паре, группе соблюдать дистанцию и интервалы, необходимые для предотвращения столкновений;
- движение на акробатической дорожке выполнять только в направлении от зоны разбега (качания), вдоль средней линии, не приближаясь к краю;
- перед выполнением упражнения убедиться, что зона разбега и приземления свободна;
- возвращаться в зону разбега по акробатической дорожке категорически запрещено;
- упражнения на «станках» (стулья, столы и т.д.) выполнять только убедившись в исправности и надежности станка, на тех, которые определил преподаватель;
- выполнять разучивание любых акробатических упражнений или его элементов только на матах или на акробатической дорожке;
- освоение упражнения сдать преподавателю;

- выполнять упражнения, элементы упражнений, комбинации на жестком покрытии только с разрешения преподавателя;
- при получении травмы немедленно сообщить преподавателю для принятия неотложных мер по оказанию первой медицинской помощи.

IV. Требования безопасности по окончании занятий

По окончании занятия преподаватель должен:

- организовать студентов для уборки инвентаря, оборудования и реквизита в места его хранения;
- произвести тщательный осмотр места проведения занятия для выявления неисправного оборудования, инвентаря и реквизита;
- довести до сведения администрации сообщение обо всех выявленных недостатках в обеспечении образовательного процесса.