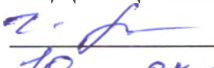


ДЕПАРТАМЕНТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЛИПЕЦКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДСКОЙ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «СПОРТИВНЫЙ»

СОГЛАСОВАНО
председатель профсоюзной
организации работников МБОУДО
«ГДЮЦ «Спортивный»
 Г.В. Реутова
10 октября 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУДО
ГДЮЦ «Спортивный»
 А.С. Агбальян

10 октября 2025 г.

ИНСТРУКЦИЯ
для обучающихся по правилам безопасности
на занятиях хореографией, различными
танцевальными направлениями,
фитнес-аэробикой и т.д.
ИОТ-092-10-10-2025

г. Липецк, 2025

1. Общие положения инструкции

1.1. Данная инструкция по правилам техники безопасности разработана для обучающихся, которые занимаются хореографией, различными видами танцевальных направлений, фитнес-аэробикой и т.д.

1.2. К занятиям по хореографии и другим танцевальным направлениям допускаются обучающиеся основной медицинской группы. Занятия проводятся в хореографическом (спортивном) зале, учебном кабинете.

1.3. Обучающиеся занимаются в форме и обуви установленного образца с учетом всех санитарно-гигиенических требований и норм.

1.4. Занятие начинается и заканчивается по расписанию.

Обучающийся должен:

- иметь коротко остриженные ногти;
- заходить в учебный кабинет, брать инвентарь и выполнять упражнения с разрешения педагога;
- бережно относиться к инвентарю и оборудованию и не использовать его не по назначению;
- уважительно относиться ко всем членам танцевальной группы, всем преподавателям и персоналу;
- в случае опоздания или прихода раньше на занятия, в танцевальный зал входить только с разрешения педагога;
- в случае пропуска занятия заранее предупредить педагога и сообщить о причине;
- знать и выполнять настоящую инструкцию.

1.5. В хореографическом зале должна быть медицинская аптечка, укомплектованная медикаментами и перевязочными средствами для оказания помощи пострадавшим.

1.6. Все обучающиеся должны соблюдать правила пожарной безопасности, знать место расположения первичных средств пожаротушения и эвакуационных выходов.

2. Требования безопасности перед началом занятий

Обучающийся должен:

- переодеться в раздевалке, надеть на себя форму и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (серьги, браслеты, часы и т. д.);
- убрать из карманов колющиеся и другие посторонние предметы;
- под руководством педагога подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;
- в случае плохого самочувствия сообщать об этом педагогу;
- по команде педагога занять своё место в зале;

Обучающемуся категорически запрещается:

- танцевать около зеркала с предметами (обруч, стул, трость) и бегать около них;
- садиться и виснуть на балетных станках;
- сидеть на подоконниках, самостоятельно открывать и закрывать окна.

3. Требования безопасности во время занятий

Обучающийся должен:

- обращаться к педагогу на Вы, по имени и отчеству;
- точно и своевременно выполнять задания педагога;
- качественно выполнять разминочную часть занятия и элементы движений, подготавливающие тело к не травмированному правильному исполнению танца;
- следовать правилам избежания травм на занятиях.

Обучающемуся категорически запрещается:

- кричать и громко разговаривать на занятии;
- выполнять сложные элементы без страховки, без страховочное выполнение только с разрешения педагога и под его присмотром;
- танцевать около зеркала с предметами и отрабатывать беговые кроссы, движения, элементы вблизи от них.

4. Требования безопасности по окончании занятий

4.1. По команде педагога после занятия обучающиеся строятся в шеренгу.

4.2. После подведения итогов, уборки в отведенное место спортивного инвентаря, обучающиеся покидают хореографический зал и расходятся по раздевалкам, избегая столкновений.

4.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5. Требования безопасности в аварийных ситуациях

Обучающийся должен:

- при получении травмы (вывих, надрыв мышц и т.д.) во время занятия, пострадавший или очевидец случившегося обязан немедленно сообщить об этом педагогу для принятия неотложных мер по оказанию первой помощи;
- с помощью педагога оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;
- при возникновении пожара немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством педагога покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;
- по распоряжению педагога поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

Инструкцию разработал

 | 

Лист ознакомлений с инструкцией

[illegible]