Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының
«Қостанай қызмет көрсету саласының колледжі» КМҚК

КЕЛІСІЛДІ
Қостанай облысы әкімдігі
білім басқармасының
«Қостанай қызмет көрсету саласының
колледжі» КМҚК бастауыш кәсіподақ
ұйымының төрағасы
_____ Е.А Бимаганбетов.
2026 ж. «01» 09

БЕКІТЕМІН
Қостанай облысы әкімдігі
білім басқармасының
«Қостанай қызмет көрсету саласының
колледжі» КМҚК
директоры
_____ Д.Б. Жанарстанова
2026 ж. «__» _____

КОЛЛЕДЖДІҢ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ ОҚЫТУШЫСЫНА АРНАЛҒАН ЕҢБЕКТІ ҚОРҒАУ ЖӘНЕ ҚАУІПСІЗДІК ТЕХНИКАСЫ БОЙЫНША НҰСҚАУЛЫҚ

1. Қауіпсіздіктің жалпы талаптары

1.1. Дене тәрбиесі оқытушысы еңбекті қорғау, қауіпсіздік техникасы, өрт қауіпсіздігі, санитариялық-гигиеналық нормалар мен ережелерді, сондай-ақ спорттық жабдықтарды пайдалану ережелерін сақтауға міндетті.
1.2. Жұмысқа еңбекті қорғау бойынша нұсқамадан, медициналық тексеруден және өрт қауіпсіздігі бойынша нұсқамадан өткен педагог жіберіледі.
1.3. Оқытушы өзінің денсаулық жағдайын қадағалауға, денсаулығы нашарлаған, шаршаған, сырқаттанған кезде жұмысқа кіріспеуге міндетті.
1.4. Дене тәрбиесі сабақтары кезінде студенттердің қауіпсіздігі үшін жауапкершілікті оқытушы арқалайды.
1.5. Жарақат, апатты жағдай орын алған немесе қауіп белгілері пайда болған жағдайда сабақты дереу тоқтату, алғашқы көмек көрсету, әкімшілікке хабарлау және қажет болған жағдайда медициналық көмек шақыру қажет.

2. Жұмыс басталғанға дейінгі қауіпсіздік талаптары

2.1. Денсаулықтың нашарлау белгілері (бас айналу, ауырсыну, әлсіздік, қысымның жоғарылауы және т.б.) болған кезде жұмысқа кіріспеу. Күмәнданған жағдайда әкімшілікке дереу хабарлап, сабақты өткізуден бас тарту.
2.2. Спорт залының немесе алаңның жай-күйін бағалау. Еденде тазалықты, құрғақтықты және бөтен заттардың жоқтығын бақылау, жабынның, жарықтандырудың және желдетудің ақаусыздығын тексеру.
2.3. Жабдықтар мен мүкәммалдың ақаусыздығын тексеру, снарядтардың тұтастығы мен тұрақтылығына, өткір бұрыштардың, кертіктің және басқа да зақымданулардың жоқтығына көз жеткізу. Ақауы бар жабдықты пайдаланбау – мәселені тіркеп, шаруашылық меңгерушісіне немесе әкімшілікке хабарлау.
2.4. Білім алушылардың дайындығын бақылау, барлық студенттердің тиісті спорттық киім мен аяқ киімде екеніне, әшекейлердің және ұзын шаштың жиналғанына көз жеткізу. Денсаулығы нашарлаған белгілері бар немесе медициналық рұқсаты жоқ студенттердің қатысуына тыйым салу.
2.5. Қауіпсіз тәртіп ережелерін, алдағы жаттығулардың ерекшеліктері мен тыйымдарды (мысалы, итерісу, пәрменсіз жүгіру, жабдықты рұқсатсыз пайдалану) қысқаша еске түсіру.

2.6. Сабақтың негізгі блогы басталғанға дейін жүктемені біртіндеп арттыра отырып, толыққанды сергіту жаттығуын жүргізу. Бұл студенттердің де, педагогтің өзінің де жарақат алу қаупін азайтады.
2.7. Жақын жерде алғашқы көмек көрсету дәрікобдишасының, сондай-ақ шұғыл көмек шақыруға арналған байланыс құралдарының (ұялы телефон немесе ішкі номер) бар екеніне көз жеткізу.

3. Жұмыс уақытындағы қауіпсіздік талаптары

3.1. Сабақ бойы білім алушылардың тәртібін бақылау. Еркеліктерге, мүкәммалды рұқсатсыз пайдалануға, жаттығуларды пәрменсіз орындауға жол бермеу.
3.2. Өз денсаулығының жай-күйін бақылау, шаршау, арқада ауырсыну, бас айналу немесе денсаулықтың нашарлауының басқа белгілері пайда болған кезде – белсенді жүктемені тоқтату, топты бақылауды әріптесіне тапсыру немесе әкімшілікке хабарлау.
3.3. Жаттығуларды тек қауіпсіздікке сенімді болған кезде ғана көрсету. Тұрақты аяқ киімді пайдалану және көрсету орнын мұқият таңдау. Шамадан тыс жүктемеге әкелуі мүмкін кенеттен жасалатын қозғалыстар мен жаттығулардан аулақ болу.
3.4. Студенттердің физикалық жүктемесін реттеу, білім алушылардың жасын, дайындығын және денсаулық жағдайын ескеру. Жаттығулардың қарқындылығын кезектестіріп отыру, қажет болған жағдайда студенттерге тыныңу мен су ішуге уақыт беру.
3.5. Спорттық жабдықтардың пайдаланылуын бақылау. Ақауы бар снарядтармен жұмыс істеуге жол бермеу. Студенттерге ауыр заттарды қадағалаусыз және сақтандырусыз көтеруге тыйым салу.
3.6. Залда (алаңда) тәртіпті сақтау. Сүріну және құлау қаупін болдырмау үшін пайдаланылмайтын мүкәммалды уақтылы жинап отыру немесе шетке қою.
3.7. Студенттердің денсаулық жағдайын қадағалау, шамадан тыс шаршаудың, ауырсынудың немесе нашарлаудың алғашқы белгілері байқалғанда – жаттығулардан уақытша босату, қажет болса – алғашқы көмек көрсету және медқызметкерді шақыру.
3.8. Неғұрлым қолайсыз жағдайларда сабақ өткізбеу: қатты ыстық, аяз, өрт, найзағай немесе көшедегі алаңда сырғанақ жабын болғанда сабақтар үй-жайға ауыстырылуы тиіс.
3.9. Студенттерді әлеуетті қауіпті жаттығуларды орындау кезінде, әсіресе гимнастикалық снарядтарда, секіру, арқанмен өрмелеу және жоғары үйлесімділікті талап ететін басқа да элементтерде сақтандыру.
3.10. Дауыс байламдарының денсаулығын сақтау үшін шамадан тыс дауыс кернеуінен аулақ болу, анық пәрмендерді, алдын ала белгіленген сигналдарды немесе ысқырықтарды пайдалану. Әсіресе жабық үй-жайда айқайлаудан аулақ болу.
3.11. Сезімталдығы жоғары студенттер болған кезде ысқырық пен кенеттен шығатын дыбыстарды пайдалануды шектеу. Бұл студенттердің психологиялық қауіпсіздігі үшін де, педагогтің өзінің акустикалық жайлылығы үшін де маңызды.
3.12. Үй-жайдың микроклиматын бақылау, ауа айналымы нашар, дымқыл немесе ылғалдылығы тым жоғары жағдайда қарқынды сабақтар өткізбеу. Қажет болса, сабақтар арасында залды желдету.
3.13. Санитариялық нормаларды сақтау: физикалық жүктемеден кейін, әсіресе көшедегі немесе барлық студенттер пайдаланатын доптармен және басқа мүкәммалмен сабақтардан кейін қолды жуу.

4. Апатты жағдайлардағы қауіпсіздік талаптары

4.1. Студент жарақат алған жағдайда (соғып алу, шығу, кесіп алу, созылу және т. б.) сабақты дереу тоқтату, өзінің құзыреті шегінде алғашқы көмек көрсету. Қажет болса, медицина қызметкерін немесе жедел жәрдемді шақыру.

4.2. Педагогтің өзі жарақат алған жағдайда белсенді қызметті тоқтату, студенттерді бақылауды басқа қызметкерге тапсыру (мүмкін болса), медициналық көмекке жүгіну.
4.3. Студенттің денсаулық жағдайы кенеттен нашарлаған жағдайда (естен тану, ұстама, жүрек айну, тыныс алудың қиындауы) таза ауаның келуін қамтамасыз ету, зардап шеккенді жатқызу, қысып тұрған киімнен босату, медициналық көмек шақыру.
4.4. Спорт залында, киім ауыстыратын бөлмеде немесе өзге де үй-жайда өрт шыққан немесе түтін шыққан кезде эвакуациялау жоспары бойынша білім алушылардың эвакуациясын дереу ұйымдастыру, өрт сөндіру қызметін шақыру, әкімшілікке хабарлау.
4.5. Жабдықтың ақаулығы анықталған кезде (сынған снаряд, еден жабынының сылынуы, тұрақсыз баскетбол қалқаны и т.б.) оны пайдалануды дереу тоқтату, аймақты қауіпті деп белгілеу және әкімшілікке немесе техникалық қызмет көрсетуге жауапты адамға баяндау.
4.6. Тәртіп бұзылған немесе студенттер арасында жанжал туындаған кезде араласу, топтың физикалық белсенділігін тоқтату, жанжалға қатысушыларды ажырату, барлық қатысушылардың қауіпсіздігін қамтамасыз ету. Қажет болса, әкімшілікке жүгіну немесе көмек шақыру.
4.7. Колледжде бөгде адамдардың пайда болуына немесе қауіпсіздікке қатер төнгеніне күдік туындаған кезде студенттердің қауіпсіз аймақта болуын қамтамасыз ету, сабақты тоқтату және әкімшілікке немесе күзетке дереу хабарлау.

5. Жұмыс аяқталғаннан кейінгі қауіпсіздік талаптары

5.1. Студенттердің спорт залынан (алаңынан) жеке заттарын, спорттық мүкәммалын қалдырмай және есік ойықтары мен киім ауыстыратын бөлмелерде кептеліс жасамай, ұйымдасқан түрде шығуын бақылау.
5.2. Спорттық мүкәммалдың ақаусыздығы мен жиынтықтылығын тексеру. Зақымдалған немесе ақаулығы бар мүкәммалды пайдаланудан шығару және бұл туралы әкімшілікке немесе жабдыққа жауапты тұлғаға баяндау.
5.3. Сабақта пайдаланылған барлық жабдықтарды кездейсоқ тиіп кеткенде жарақат алу қаупін болдырмау үшін арнайы бөлінген орындарға жинау.
5.4. Санитариялық-гигиеналық жағдайларды жақсарту үшін спорт залының үй-жайын желдету (терезелер/фрамугалар болған кезде).
5.5. Үй-жайда бөгде адамдардың, соның ішінде білім алушылардың жоқтығына көз жеткізу және залды (алаңды) жабу, қажет болған жағдайда кілттерді белгіленген орынға тапсыру.
5.6. Ашық спорт алаңында сабақтар өткізген кезде аумақты қалдырылған мүкәммалдың немесе қоқыстың бар-жоғына қарап шығу, оның жиналуын қамтамасыз ету.
5.7. Қажет болса, гигиеналық процедураларды қабылдау (жуыну, киім ауыстыру), кәдімгі аяқ киімге ауысу, спорттық киімді шешу және қажет болған жағдайда оны жууға немесе сақтауға тапсыру.
5.8. Сабақ кезінде орын алған барлық оқиғаларды, жарақаттарды немесе стандартты емес жағдайларды белгіленген нысанда (жарақаттануды есепке алу журналы, баянат және т.б.) тіркеу.

6. Жауапкершілік

6.1. Дене тәрбиесі оқытушысы осы нұсқаулық талаптарын бұзғаны үшін ҚР заңнамасына сәйкес жауапкершілік көтереді.
6.2. Еңбекті қорғау жөніндегі міндеттерді орындамағаны немесе тиісінше орындамағаны үшін дене тәрбиесі оқытушысы салдарының ауырлығына байланысты тәртіптік, әкімшілік немесе қылмыстық жауапкершілікке тартылуы мүмкін.
6.3. Дене тәрбиесі оқытушысы жабдықтың жұмысына және колледж қызметіне қатысты ақпараттың құпиялылығын сақтауға және оны үшінші тұлғаларға жария етпеуге міндетті.