

Министерство Чеченской Республики по физической культуре и спорту
Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
«Республиканская спортивная школа по настольным видам спорта»
(ГБУ ДО «РСШ по настольным видам спорта»)

Нохчийн Республикан физически культуран а, спортан а министерство
Пачхьалкхан бюджетан кхитӀе дешаран учреждени
«Стоьлан спортан тайпанийн республикин спортан школа»

ПРИНЯТО

На общем собрании трудового коллектива
ГБУ ДО «Республиканская спортивная
школа по настольным видам спорта»

Протокол от «14» 01 2026 г. № 01

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБУ ДО

«Республиканская спортивная
школа по настольным видам
спорта»

Д.В. Алдамов
2026



ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда и мерам безопасности при занятиях в спортивном
зале государственного бюджетного учреждения дополнительного
образования «Республиканская спортивная школа по настольным
видам спорта»

г. Грозный

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

- 1.1. Правила безопасности распространяются на всех участников учебно-тренировочного процесса во время организации и проведения занятий.
- 1.2. Правила безопасности являются обязательными для выполнения всеми участниками организации и проведения учебно-тренировочного процесса.
- 1.3. Тренировочные занятия проводятся согласно утвержденным дополнительным образовательным программам спортивной подготовки ГБУ ДО «РСШ по настольным видам спорта».
- 1.4. Ответственность за наличие разрешения на ввод в эксплуатацию спортивного сооружения, наличие паспорта антитеррористической защищенности, соблюдение требований пожарной безопасности, ГО и ЧС несет собственник спортивного сооружения, в котором предоставляется в аренду спортивный зал для проведения тренировочного процесса ГБУ ДО «РСШ по настольным видам спорта».
- 1.5. Состояние спортивного зала должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям.
- 1.6. Оборудование должно быть надёжно закреплено и находиться в исправном состоянии.
- 1.7. В спортивных залах должна быть аптечка с набором медикаментов для оказания первой доврачебной помощи.
- 1.8. К проведению тренировочных занятий допускаются тренеры-преподаватели прошедшие обязательный медицинский контроль.
- 1.9. К занятиям допускаются обучающиеся:
 - прошедшие обязательный медицинский допуск и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья;
 - прошедшие инструктаж по технике безопасности;
 - имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.
- 1.10. Обучающиеся обязаны:
 - заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения, в присутствии тренера-преподавателя;
 - бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
 - знать и выполнять настоящую инструкцию;за несоблюдение мер безопасности занимающийся может быть не допущен или отстранён от участия в учебно-тренировочном процессе.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

- 2.1. Вход в спортзал до начала занятий запрещается. Входить в спортзал разрешается по приглашению, разрешению тренера.
- 2.2. Занимающийся должен:
 - переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;
 - снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, цепочки и т.д.);

- убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы;

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

3.1. Обучающийся должен:

- строго соблюдать требования техники безопасности на учебно-тренировочных занятиях;
- внимательно слушать объяснения выполнения упражнений и правильно их выполнять;
- брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения тренера-преподавателя;
- выполнять упражнения только на исправном оборудовании;
- при выполнении упражнений потоком соблюдать достаточные интервал и дистанцию;
- быть внимательным при перемещениях по спортзалу: не мешать другим, не ставить подножек, избегать столкновений;
- не покидать место проведения занятия без разрешения тренера-преподавателя.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ И В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. Обучающийся должен:

- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность тренера-преподавателя;
- при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством тренера-преподавателя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации.

4.2. Тренер-преподаватель должен :

- оказывать первую медицинскую помощь, при необходимости вызвать скорую помощь, сообщить в администрацию ГБУ ДО «РСШ по настольным видам спорта» и родителям несовершеннолетнего занимающегося;
- при возникновении пожара и ЧС немедленно прекратить занятие, эвакуировать обучающихся, через запасные входы согласно плана эвакуации, сообщить о пожаре или ЧС в соответствующие структуры, администрацию ГБУ ДО «РСШ по настольным видам спорта».

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИЮ УЧЕБНО ЗАНЯТИЙ

5.1. Обучающийся должен:

- под руководством тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь на место его хранения;
- организованно покинуть место проведения занятий.

5.2. Тренер-преподаватель обязан:

- убедиться ,что все обучающиеся покинули спортзал по окончании тренировочного занятия;
- проверить, что бы инвентарь был размещен на своем месте.