

ИНСТРУКЦИЯ № 3.2С

о правилах безопасности для обучающихся при занятиях в спортивном зале

Мнение профсоюзной организации обучающихся ВФ ВолГУ от « 17 » 03 2026 г. № 2 учтено.

Мнение объединенного совета обучающихся ВФ ВолГУ от « 17 » 03 2026 г. № 5 учтено.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ВФ ВолГУ

_____ **Е.В. Логинова**
« 23 » 03 2026 г.
Приказ № 07.01-07-36
« 23 » 03 2026 г.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 55AA851599798DB84CB7E279019CVCAP
Владелец: Логинова Елена Викторовна
Действителен: с 05.03.2026 до 05.06.2027

1. Общие правила безопасности

Занятия в спортивном зале проводятся только с исправным спортивным инвентарем и оборудованием.

Спортивный зал должен быть оборудован средствами пожаротушения (огнетушитель) и иметь аптечку, укомплектованную в установленном порядке.

К занятиям допускаются обучающиеся:

1.1. Отнесенные по состоянию здоровья к основной, подготовительной и специальной (подгруппа А) медицинским группам.

1.2. Прошедшие инструктаж по общим правилам безопасности и правилам безопасности при занятиях в спортивном зале.

1.3. Имеющие спортивную обувь на нескользящей подошве и форму, не стесняющую движений и соответствующую виду и условиям проведения занятий.

Обучающийся обязан:

1.4. Иметь коротко стриженные ногти.

1.5. Заходить в зал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения преподавателя.

1.6. Бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию. Использовать его только по назначению.

1.7. Знать и выполнять настоящую инструкцию.

За несоблюдение правил безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебном процессе.

Название документа: Инструкция о правилах безопасности для обучающихся при занятиях в спортивном зале

Разработчик: Ведущий специалист по охране труда Ю.С. Франц	Страница 1 из 7	Версия 1
--	-----------------	----------

Копия с данного оригинала при распечатке недействительна без заверительной надписи
--

2. Правила безопасности перед началом занятий

Обучающийся обязан:

- 2.1. Переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь.
- 2.2. Снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях спортом (часы, серьги, кольца, браслеты и т.п.). убрать-заколоть волосы.
- 2.3. Убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы (наушники, мобильные устройства и т.п.), выбросить жевательные резинки.
- 2.4. Под руководством преподавателя приготовить инвентарь и оборудование, необходимые для занятий.
- 2.5. Использование мобильных устройств, гаджетов строго запрещено.
- 2.6. По команде преподавателя встать в строй для общего построения.

3. Правила безопасности во время занятий

Занятия проводятся в спортивном зале под руководством преподавателя по физической культуре.

Обучающийся обязан:

- 3.1. Внимательно слушать объяснение упражнения и аккуратно выполнять задания.
- 3.2. Брать спортивный инвентарь с разрешения преподавателя и использовать оборудование по его назначению, не виснуть на баскетбольных фермах и кольцах.
- 3.3. Выполнять упражнения на исправных снарядах с разрешения преподавателя, а сложные технические элементы - со страховкой.
- 3.4. При выполнении упражнений потоком соблюдать достаточный интервал и дистанцию.
- 3.5. При перемещениях по спортивному залу избегать столкновений с обучающимися.
- 3.6. Не покидать место проведения занятий без разрешения преподавателя.
- 3.7. Не заниматься на влажном, неровном полу спортивного зала.

4. Правила безопасности при несчастных случаях в экстремальных ситуациях

Обучающийся обязан:

- 4.1. При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятие и поставить в известность преподавателя.
- 4.2. С помощью преподавателя вызвать медицинского работника ВФ ВолГУ или, в случае необходимости, «скорую помощь».
- 4.3. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, организованно под руководством преподавателя покинуть место проведения занятия согласно плану эвакуации.
- 4.4. По распоряжению преподавателя, поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

Название документа: Инструкция о правилах безопасности для обучающихся при занятиях в спортивном зале
Разработчик: Ведущий специалист по охране труда Ю.С. Франц Страница 2 из 7 Версия 1
Копия с данного оригинала при распечатке недействительна без заверительной надписи

5. Правила безопасности по окончании занятий

Обучающийся обязан:

- 5.1. Под руководством преподавателя, убрать спортивный инвентарь в места его хранения.
- 5.2. Организованно покинуть место проведения занятия.
- 5.3. Переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь.
- 5.4. Вымыть с мылом руки.

Разработал:

Ведущий специалист по охране труда

Ю.С. Франц

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий Университетским колледжем

М.В. Парфенова

Заведующий кафедрой ИМиЕНД

А.А. Полковников

Председатель объединенного
совета обучающихся ВФ ВолГУ

А.О. Попов

Председатель профсоюзной организации
обучающихся ВФ ВолГУ

А.А. Кузнецова

Название документа: Инструкция о правилах безопасности для обучающихся при занятиях в спортивном зале

Разработчик: Ведущий специалист по охране труда Ю.С. Франц	Страница 3 из 7	Версия 1
--	-----------------	----------

Копия с данного оригинала при распечатке недействительна без заверительной надписи
--

[illegible]

Периодическое внесение изменений и дополнений в инструкцию в период между ее пересмотрами

№ П/П	Содержание изменений и дополнений	Подпись	
		Ведущий специалист по охране труда	Руководитель подразделения

Название документа: Инструкция о правилах безопасности для обучающихся при занятиях в спортивном зале

Разработчик: Ведущий специалист по охране труда Ю.С. Франц Страница 5 из 7 Версия 1

Копия с данного оригинала при распечатке недействительна без заверительной надписи