

**Приложение № 1
к правилам внутреннего распорядка обучающихся
от «24» августа 2020г.**

Является неотъемлемой частью настоящих правил

Правила по технике безопасности для обучающихся, занимающихся в спортивном зале в частном образовательном учреждении высшего образования «Казанский инновационный Университет имени В. Г. Тимирязова (ИЭУП)»

I. Общие требования безопасности

1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех обучающихся, занимающихся в спортивном зале.
2. К занятиям физической культурой допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
3. Допускаются к занятиям в спортивном зале обучающиеся только в спортивной одежде и специальной сменной спортивной обуви с нескользкой подошвой (для игрового зала допускается ношение только обуви с белой подошвой)
4. Запрещается входить в спортивный зал в верхней одежде.
5. Обучающимся необходимо соблюдать личную гигиену.
6. Обучающимся не разрешается заносить в спортзал портфели и сумки.
7. Обучающиеся должны помнить, что травмоопасность в спортивном зале повышается при несоблюдении ТБ (травмирование рук, суставов, ушибы), а также при работе на неисправных и неподготовленных спортивных снарядах и с неисправным спортивным инвентарем.
8. Обучающимся необходимо ознакомиться с путями эвакуации в чрезвычайных ситуациях.

II. Требования безопасности перед началом занятий

1. Переодеться в спортивную одежду и сменную обувь в раздевалке.
2. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, войти в спортзал.
3. Не включать самостоятельно электроосвещение.
4. Не передвигать спортивное оборудование и снаряды без указания преподавателя.

III. Требования безопасности во время занятий

1. Не приступать к выполнению упражнений и учебных заданий без команды преподавателя.
2. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах без подложенных матов.
3. Не забывать о подстраховке друг друга во время выполнения упражнений.
4. Нельзя метать мячи навстречу друг другу, в работе пары должен быть один мяч.
5. Не выполнять упражнения, не предусмотренные заданием преподавателя.
6. Соблюдать дисциплину и порядок на занятии.
7. Не уходить с занятия без разрешения преподавателя.
8. Перед выполнением упражнения необходимо убедиться в отсутствии близко стоящих к снаряду обучающихся.

IV. Требования безопасности при плохом самочувствии и в аварийных ситуациях

1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю.
2. В случае травматизма сообщить преподавателю.
3. При возникновении аварийных ситуаций, пожара по указанию преподавателя быстро, без паники, покинуть помещение спортивного зала по путям эвакуации.

V. Требования безопасности по окончании занятий

1. Выходить из спортзала по команде преподавателя спокойно, не торопясь.
2. Вымыть с мылом руки, умыться или принять душ.
3. Снять спортивную форму, обувь, использовать её только для занятий спортом