

Утверждено
Директор МОУ ГСОШ К.Н. Макарова
Приказ от 01.09.2025 № 223



Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Гирвасская средняя общеобразовательная школа
имени Героя Советского Союза А.Н. Афанасьева»
п. Гирвас Кондопожского муниципального района Республики Карелия

Порядок взаимодействия и правила посещения спортивного зала населением в свободное от образовательного процесса время

1. Общие требования безопасности

- 1.1. Соблюдение требований настоящих правил обязательно для всех, занимающихся в спортивном зале.
- 1.2. Посещение спортивного зала населением возможно строго в свободное от образовательного процесса время в соответствии с расписанием работы зала, по письменному соглашению с директором МОУ ГСОШ.
- 1.3. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, входите и выходите из спортивного зала.
- 1.4. В спортивный зал допускаются только в спортивной одежде и обуви.
- 1.5. Не прошедшие медицинский осмотр, к тренировкам не допускаются.
- 1.6. Не загромождайте проходы рюкзаками и сумками.
- 1.7. Не передвигайте спортивное оборудование и тренажёры.
- 1.8. Не оставляйте электрические приборы без присмотра.

2. Требования безопасности перед началом занятий

- 2.1. Входите в спортивный зал после разрешения тренера/преподавателя.
- 2.2. Не включайте не исправные электроосвещение и электроприборы.
- 2.3. Не открывайте без разрешения тренера/преподавателя форточки и окна.
- 2.4. Приступая к занятиям по тем или иным видам спорта, ознакомьтесь с правилами и техникой выполнения элементов физических упражнений.
- 2.5. Ознакомьтесь с порядком и особенностями страховки и взаимопомощи друг другу.

3. Требования безопасности во время тренировок

- 3.1. Выполняйте физические упражнения только в присутствии тренера/преподавателя.
- 3.2. При выполнении упражнений потоком соблюдайте достаточные интервалы.
- 3.3. Не выполняйте без страховки сложные элементы и незнакомые упражнения.

- 3.4. Не выполняйте упражнения с влажными ладонями, при наличии свежих мозолей на них, а также на загрязнённых снарядах.
- 3.5. Приступайте к работе и каждому ее этапу после указания тренера/преподавателя.
- 3.6. Не устраняйте самостоятельно неисправности в оборудовании.
- 3.7. Не оставляйте место занятий без разрешения тренера/преподавателя.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

- 4.1. При получении травмы сразу сообщите об этом тренера/преподавателя.
- 4.2. В случае возникновения аварийных ситуаций (пожар, появление запаха гари) по указанию тренера/преподавателя быстро, без паники покиньте спортивный зал.
- 4.3. В случае плохого самочувствия сообщите об этом тренеру/преподавателю.
- 4.4. О сломанном спортивном снаряде сообщите немедленно тренеру/преподавателю.

5. Требования безопасности по окончании тренировок

- 5.1. Уборку помещения спортивного зала производите по указанию тренера/преподавателя.
- 5.2. После занятий вымойте руки с мылом.
- 5.3. Обо всех неполадках в работе спортивного оборудования, электросети и т.п. немедленно сообщите тренеру/преподавателю.
- 5.4. Покиньте спортивный зал, соблюдая порядок и дисциплину, только с разрешения тренера/преподавателя.