

ИНСТРУКЦИЯ
по технике безопасности и охране труда
для посетителей спортивной инфраструктуры
в не учебное время

1. Общие требования безопасности

1.1. Настоящая инструкция обязательна для всех лиц, посещающих спортивные объекты МАОУ «СОШ №40 с углубленным изучением отдельных предметов» в неучебное время.

1.2. Посетители обязаны:

- проходить инструктаж под роспись в журнале установленной формы;
- иметь при себе документ, удостоверяющий личность;
- несовершеннолетние (до 14 лет) допускаются только в сопровождении взрослых.

1.3. К занятиям допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний (при групповых занятиях – желательно наличие справки о допуске к занятиям физкультурой).

1.4. При обнаружении подозрительных предметов, неисправностей оборудования, запаха газа или дыма – **немедленно прекратить занятия**, сообщить дежурному сотруднику и эвакуироваться согласно плану эвакуации.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Посещать спортивную площадку в спортивной одежде и обуви с нескользящей подошвой.

2.2. Проверить исправность оборудования и инвентаря (при обнаружении повреждений – сообщить дежурному, не использовать неисправное оборудование).

2.3. Провести разминку (не менее 5–7 минут) для предотвращения травм.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Строго соблюдать вид деятельности, согласованный в заявке (не допускать посторонних игр, катания, прыжков с высоты без страховки).

3.2. Использовать инвентарь только по прямому назначению. Запрещается:

- бросать спортивные снаряды друг в друга;
- перегружать спортивный инвентарь сверх установленного веса.

3.3. При групповых занятиях соблюдать интервалы и дистанцию, исключающие столкновения.

3.4. Не покидать спортивный объект без разрешения дежурного сотрудника до окончания занятия.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При травме – немедленно оказать первую доврачебную помощь, вызвать скорую (если необходимо) и сообщить дежурному сотруднику Школы.

4.2. При возникновении пожара – действовать согласно плану эвакуации, не создавая паники, использовать первичные средства пожаротушения (огнетушители) только при реальной угрозе и уверенности в своих действиях.

4.3. При поступлении сигнала о террористической угрозе – строго выполнять указания дежурного сотрудника, покидать территорию через запасные выходы.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Убрать спортивный инвентарь в места хранения.

5.2. При выявлении поломок или неисправностей, возникших во время занятий, **сообщить дежурному** и сделать запись в журнале замечаний.

С инструкцией ознакомлен(а):

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.

Подпись: _____ / Ф.И.О. _____
Дата: «___» _____ 2026 г.