

**УТВЕРЖДАЮ:**

**Директор ГАПОУ «Бугульминский  
аграрный колледж»**



**Ф.Ю.Гатин**

**ПРАВИЛА**

**пользования спортивным залом**

**ГАПОУ «Бугульминский аграрный колледж»**

**г.Бугульма**

**2018 год.**

Приложение № \_\_\_\_ к приказу

от «17» января 2018 г.  
№ \_\_\_\_\_

## ПРАВИЛА

пользования спортивным залом

ГАПОУ «Бугульминский аграрный колледж»

### 1. Общие положения

1.1. Настоящие Правила разработаны с целью создания безопасных и комфортных условий для проведения занятий по физической культуре и спортивных тренировок.

1.2. Студенты обязаны строго соблюдать и выполнять настоящие Правила.

1.3. К занятиям в спортивный зал допускаются лица, прошедшие инструктаж по охране труда.

1.4. Лица, занимающиеся в спортивных секциях, к занятиям в спортивном зале в случае отсутствия тренера, не допускаются.

1.5. Верхняя одежда должна сдаваться в гардероб. Раздевалка используется для размещения одежды (кроме верхней), обуви (в пакете) и других личных вещей (кроме ценных).

1.6. Смену первой обуви производить в коридоре спортивного зала (для первой обуви обязательно иметь пакет).

1.7. За одежду, документы, деньги, сотовые телефоны, ювелирные украшения, оставленные без присмотра, администрация колледжа ответственности не несет.

1.8. К занятиям в спортивном зале допускаются студенты только в спортивной форме и сменной спортивной обуви с белой подошвой, не оставляющей следов в процессе занятий.

1.9. За травмы, ушибы и несчастные случаи, связанные с нарушением настоящих Правил пользованием спортивным залом администрация колледжа ответственности не несет.

2. Посетители спортивного зала обязаны:

2.1. Ознакомиться с Правилами пользования спортивным залом.

2.2. Выполнять указания тренера или преподавателя.

2.3. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь: форма должна быть без молний, пуговиц, выступающих деталей, жестких деталей; шнурки заправлять, в карманах не хранить предметы, которые могут поранить. Перед тренировкой снять часы, кольца, браслеты, цепочки.

2.4. При выполнении физических упражнений не задерживать дыхание, дышать ровно и спокойно.

2.5. Качественно выполнять разминку. Прежде чем выполнить упражнение, требующее большой резкости и силы, проделать несколько подготовительных упражнений.

2.6. Взятые оборудование убирать на место.

2.7. После перенесенных заболеваний получить разрешение на занятия у врача.

3. Посетителям спортивного зала запрещается:

3.1. Входить в спортивный зал в первой обуви, на каблуках.

3.2. Сорить в помещениях спортивного зала, коридоре и вестибюле (особенно использовать жевательные резинки).

3.3. Входить в спортивный зал и использовать спортивный инвентарь без присутствия преподавателя или тренера.

3.4. Использовать не по назначению спортивное оборудование. В случае порчи спортивного инвентаря, помещения спортивного зала колледжа, студенты возмещают ущерб и несут персональную ответственность, вплоть до отчисления из числа студентов ГАПОУ «Бугульминский аграрный колледж».

3.5. Курить, употреблять спиртные напитки, наркотики и не разрешенные к использованию медикаменты.

3.6. Приносить в спортивный зал продукты питания и осуществлять прием пищи.

3.7. Пользоваться открытым огнем, применять взрывчатые и легковоспламеняющиеся вещества, в том числе пиротехнические изделия (фейерверками, бенгальским огнем, петардами, и т.п.).

3.8. Приносить на занятия огнестрельное и холодное оружие, колюще-режущее предметы.

3.9. Заниматься на неподготовленных для занятий местах и не пользоваться неисправным оборудованием или инвентарем.

3.10. Входить в кабинеты, предназначенные только для преподавателя или тренера, за исключением случаев, когда имеется специальное приглашение.

3.11. Наносить любые надписи в спортивном зале, раздевалках, туалетах и других помещениях.

3.12. Выпрыгивать с открытых окон (в раздевалках, коридорах).

3.13. Проявлять неуважение к обслуживающему персоналу.

3.14. Уходить с занятия, не предупредив преподавателя или тренера.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии, прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю или тренеру.

4.2. При получении травмы немедленно оказать первую медицинскую помощь, при необходимости отправить в лечебное учреждение.