



Утверждено

Решением общественного совета

(Протокол № 3 от 26.05.2021г.)

**ИНСТРУКЦИЯ
О ПОРЯДКЕ ПОЛЬЗОВАНИЯ СПОРТИВНЫМИ ОБЪЕКТАМИ**

АКТАУ 2021

СОДЕРЖАНИЕ

1	НАЗНАЧЕНИЕ И ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ	3
2	СОКРАЩЕНИЯ И ОБОЗНАЧЕНИЯ	3
3	ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ	3
4	ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ТРЕНАЖЕРНЫХ ЗАЛОВ	5
5	ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ЗАЛОВ БОРЬБЫ И БОКСА	5
6	ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ПЛАВАТЕЛЬНОГО БАССЕЙНА	5
7	ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ КОМАНДНОГО ВИДА СПОРТА	6
8	ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БОЛЬШОГО И НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА	7
9	ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ШАХМАТНОГО ЗАЛА	7

1. НАЗНАЧЕНИЕ И ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

1.1 Настоящая Инструкция определяет порядок пользования спортивными залами и плавательным бассейном НАО «Каспийский университет технологий и инжиниринга имени Ш. Есенова» (далее — спортивные объекты) лицами, занимающимися спортивно-тренировочными работами (далее — посетители спортивных объектов) и направлена на обеспечение сохранности спортивного инвентаря, контроля за санитарным состоянием и соблюдения правил безопасности на спортивных объектах.

1.2 Настоящая Инструкция разработана на основании:

- 1) Закона РК «Об образовании» от 27.07.2007 № 319 (с изменениями и дополнениями);
- 2) Гражданского Кодекса РК: Общая часть от 27.12.1994; Особенная часть № 409-I от 01.07.1999 с дополнениями и изменениями;
- 3) Закона Республики Казахстан «О государственном имуществе» № 413-IV от 01.03.2011 с дополнениями и изменениями;
- 4) Антикоррупционного стандарта НАО «Каспийский университет технологий и инжиниринга имени Ш. Есенова»;
- 5) Устава НАО «Каспийский университет технологий и инжиниринга имени Ш. Есенова», утвержденного приказом Министерства финансов РК от 04.06.2020 № 11933-1943;

2 СОКРАЩЕНИЯ И ОБОЗНАЧЕНИЯ

Университета Есенова	–	НАО «Каспийский университет технологий и инжиниринга имени Ш. Есенова»
МОН РК	–	Министерство образования и науки Республики Казахстан
УС	–	ученый совет
ОП	–	образовательная программа

3 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Вся учебно-тренировочная работа на спортивных объектах должна проводиться:
 - в учебное время — на основе расписания занятий, утвержденного вице-президентом по академической работе;
 - во внеучебное время — на основе графика тренировок, утвержденным президентом университета.
2. Ответственными лицами за организацию учебно-тренировочных работ на спортивных объектах являются:
 - в спортивном комплексе с бассейном – администратор комплекса
 - в спортивных залах учебных корпусов № 2 и № 3 – преподаватель (тренер, инструктор), проводящий занятия в соответствии с расписанием и учебной программой.
4. Ответственные лица спортивных объектов должны принять меры, исключающие присутствие в зале посторонних лиц, и обеспечить надежную сохранность спортивного инвентаря и сооружения.
5. Обучающиеся на основании медицинского заключения о состоянии здоровья распределяются для занятий физкультурой в основную подготовительную и специальную группы.
6. Преподаватель, тренер (инструктор), проводящий занятия, обязан:

- 1) удостовериться в готовности спортивного объекта к занятиям и сделать об этом запись в специальном журнале;
- 2) начинать и заканчивать занятия в установленное расписанием (графиком) время;
- 3) допускать к занятиям только лица, прошедшие медицинское освидетельствование и инструктаж по безопасности проведения занятий;
- 4) находиться постоянно во время проведения занятий на спортивном объекте и контролировать участников занятий;
- 5) прекратить занятия в случае возникновения опасности для занимающихся;
- 6) сделать запись в журнале по окончании занятий о всех неисправностях спортивного оборудования и инвентаря.
7. Вход в спортивные залы до начала занятий запрещается.
8. Заходить в спортивный зал разрешается только после приглашения преподавателя (тренера, инструктора)
9. Заходить в спортивные залы без специальной сменной спортивной одежды и обуви не разрешается.

10. На спортивных объектах должны быть огнетушители и аптечки, укомплектованные необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

11. На спортивных объектах запрещается:

- 1) проходить в душевые и залы для занятий в верхней одежде и уличной обуви;
- 2) находиться в состоянии алкогольного, наркотического и токсического опьянения;
- 3) курить, употреблять спиртные напитки;
- 4) заниматься сразу после еды;
- 5) приносить взрывоопасные, пожароопасные, токсичные и сильно пахнущие вещества, стеклянные, режущие, колющие предметы, любые виды огнестрельного, газового и холодного оружия, а также жевательные резинки и другие пачкающие предметы.

12. Посетители спортивных объектов обязаны:

- 1) явиться раньше на 10 минут до начала занятий;
- 2) переодеться в спортивную форму и обувь;
- 3) ознакомиться внимательно с инструкцией;
- 4) убрать спортивное оборудование на место после его использования;
- 5) принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом;
- 6) покинуть спортивный объект через 10 минут после окончания времени, указанного в расписании занятий (графике);
- 7) соблюдать чистоту;
- 8) поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения;
- 9) вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, преподавателям (тренерам, инструкторам), обслуживающему персоналу;
- 10) не допускать действий, создающих опасность для окружающих;
- 11) относиться к спортивному оборудованию (инвентарю) бережно, не допускать его порчу или утрату;
- 12) использовать спортивное и иное оборудование зала в соответствии с его назначением и инструкции по применению;
- 13) сообщить тренеру о неисправности спортивного оборудования;
- 14) соблюдать правила личной гигиены, во время тренировки использовать личное полотенце, не применять резких парфюмерных запахов;
- 15) подчиняться указаниям и требованиям преподавателей (тренеров, инструкторов) и медицинского персонала;

16) не приносить ценные вещи (сотовые телефоны, документы, деньги и тому подобные);

17) снять перед тренировкой часы, кольца, браслеты, цепочки;

18) сообщать до начала занятий о плохом самочувствии (о наличии заболеваний, травмах, беременности и тому подобных).

4. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ТРЕНАЖЕРНЫХ ЗАЛОВ

1. Посетители обязаны:

1) пройти инструктаж перед использованием специального оборудования. Преподаватель (тренер, инструктор) не несет ответственность за состояние здоровья и возможный травматизм, если занимающийся тренируется самостоятельно без их консультации;

2) закончить тренировку за 15 мин до закрытия тренажерного зала. Продолжительность занятий в тренажерном зале не должна превышать 2 часов;

3) выполнять упражнения с отягощением или весами, близкими к максимальным для данного занимающегося, только при непосредственной страховке опытным партнером или инструктором тренажерного зала;

4) обратиться к инструктору тренажерного зала при возникновении вопросов по работе и настройке тренажеров.

2. Посетителям запрещено:

1) заниматься в зоне приземления или возможного падения других;

2) устанавливать, разбирать, ремонтировать оборудование;

3) находиться на снарядах вдвоем;

4) использовать оборудование не по назначению.

5. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ЗАЛОВ БОРЬБЫ И БОКСА

1. **Посетители обязаны** выполнять качественную разминку.

2. Посетителям запрещено:

1) заниматься в зоне приземления или возможного падения других;

2) ставить на татами любые предметы, оборудование (стулья, скамейки, штангу и т.д.), кроме гимнастических матов;

3) висеть на боксерских мешках, грушах и других подвешенных предметах, и инвентаре;

4) заниматься близко к зеркалам с гантелями, штангой, скакалками и другим переносным инвентарем;

5) бить по боксерским мешкам в обуви.

6. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ПЛАВАТЕЛЬНОГО БАССЕЙНА

1. Пропуск в бассейн осуществляется только при наличии медицинской справки у посетителя и его подписи в журнале, о том, что он ознакомлен с инструкцией и расписанием проведения занятий в плавательном бассейне.

2. Лица, занимающиеся в спортивных и оздоровительных группах, в случае отсутствия руководителя группы (инструктора, тренера, преподавателя), к занятиям в плавательном бассейне не допускаются.

3. Лица старше 70 лет к оздоровительным занятиям плаванием допускаются по разрешению врача с обязательным контролем состояния здоровья медицинской службой плавательного бассейна перед занятием.

4. Допуск посетителей на занятия начинается за 10 минут и прекращается за 5 минут до начала сеанса. Лица, опоздавшие на сеанс, к началу занятий не допускаются.

5. Продолжительность нахождения посетителей в бассейне ограничивается временем сеанса, которое составляет 45 минут.

6. Посетители обязаны:

1) иметь при себе мыло, мочалку, полотенце, шапочку для плавания, купальник или плавки для плавания в бассейне (надевать после принятия душа, перед плаванием), сменную обувь (сланцы) спортивного образца, пригодную для использования в бассейне. При отсутствии перечисленных предметов посетители в бассейн не допускаются;

2) держаться правой стороны, обгонять слева, отдыхать в углах дорожек бассейна при плавании нескольких человек на одной дорожке;

3) осуществлять вход в воду и окончание занятий исключительно по разрешению инструктора-спасателя. В случае прекращения занятий до истечения 45 минут поставить об этом в известность инструктора;

4) пользоваться сливными канавками для освобождения полости рта и носа от попавшей воды.

7. Посетителям запрещено:

1) плавать без шапочек;

2) плавать в одежде, не предназначенной для занятий в бассейне;

3) пользоваться кремами и мазями перед плаванием;

4) использовать моющие или другие средства в стеклянной упаковке;

5) бегать по бортику и прыгать с бортика в воду;

6) отправление естественных надобностей в ванну бассейна;

7) находиться в воде дольше положенного времени;

8) пользоваться маской, трубкой, ластами.

7. ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ КОМАНДНОГО ВИДА СПОРТА

1. К занятиям допускается лица:

1) отнесённые по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам;

2) прошедшие инструктаж по мерам безопасности.

2. Занимающиеся обязаны:

1) подготовить под руководством преподавателя (тренера, инструктора) инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;

2) положить мячи на стеллажи или в любое другое место, чтобы они не раскатывались по залу, и их легко можно было взять для выполнения упражнений;

3) убрать на место инвентарь и оборудование, которые не будут использоваться на занятии;

4) встать по команде преподавателя (тренера, инструктора) в строй для общего построения;

5) избегать столкновений с другими учащимися, «перемещаясь спиной» смотреть через левое плечо;

6) исключить резкое изменение своего движения, если этого не требуют условия игры;

7) соблюдать интервал и дистанцию;

8) быть внимательным при перемещении по залу во время выполнения упражнений другими лицами;

9) по окончании выполнения упражнений потоком вернуться на свое место для повторного выполнения задания с правой или левой стороны зала.

8. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ БОЛЬШОГО И НАСТОЛЬНОГО ТЕННИСА

1. В целях избежания травм необходимо пройти вводный инструктаж, на котором подробно объясняются правила тренировок, требования техники безопасности и правила безопасного пользования спортивным оборудованием и инвентарем.

2. Посещать занятия рекомендуется в удобной спортивной форме (футболка и шорты – для мужчин; футболка и шорты/юбка, теннисное платье – для девушек) и чистой спортивной обуви.

3. Групповые занятия в секции проводятся строго по расписанию, утвержденному в Университете Есенова.

4. Занятия настольным теннисом не желательны для лиц с медицинскими противопоказаниями.

5. Преподаватель (тренер, инструктор) рекомендует исключить пользование мобильным телефоном в зале: резкая остановка во время занятия вредит вашему здоровью, телефонные звонки на занятиях мешают группе и тренеру.

6. Посетителям запрещено:

- 1) использовать теннисный стол не по назначению;
- 2) выходить за теннисный стол раньше времени начала занятия и без предварительного разрешения преподавателя (тренера, инструктора);
- 3) использовать ненормативную лексику, кричать или громко разговаривать;
- 4) использовать более 4-х мячей при полной загрузке зала;
- 5) использовать жевательную резинку, косметические средства и средства личной гигиены с резким или неприятным запахом;
- 6) находиться в зале при наличии травм и заболеваний, препятствующих занятиям спортом;
- 7) входить в служебные и прочие технические помещения, самостоятельно регулировать любое инженерно-техническое оборудование, опираться о теннисную сетку, крутить крепежи для теннисного оборудования и т.п.;
- 8) самостоятельно пользоваться музыкальной и другой технической аппаратурой администрации;
- 9) выносить имущество секции за пределы спортивного комплекса;
- 10) мусорить, проносить с собой воду в стаканчиках;
- 11) находиться в игровом зале в верхней одежде и уличной обуви.

9. ПРАВИЛА ПОСЕЩЕНИЯ ШАХМАТНОГО ЗАЛА

1. К занятиям в шахматном зале допускаются:

- посетители, только в присутствии преподавателя (тренера, инструктора);
- посетители, одетые в чистую одежду и обувь.

2. **Посетители шахматного зала обязаны:**

- приходить на занятия вовремя;
- бережно относиться к оборудованию;

- соблюдать общие нормы гигиены, не использовать парфюмерию с резким запахом.

3. Посетителям шахматного зала запрещается:

- распивать алкогольные и слабоалкогольные напитки;
- применять нецензурную лексику;
- употреблять пищу за игровыми столами;
- шуметь, мешать раздумывать сопернику;
- во время турнирных партий пользоваться телефоном или другими гаджетами;
- бегать по залу.