

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №4 С. ТОЛСТОЙ-ЮРТ  
ГРОЗНЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ЧЕЧЕНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ»**

**СОГЛАСОВАНО**

Председатель ПК

\_\_\_\_\_/Э.Р. Урусханова/

«\_28\_» 08\_2024г.

**УТВЕРЖДАЮ**

**Инструкция по технике безопасности  
для обучающихся программе дополнительного образования  
«Белая ладья»**

## **1 Общие требования безопасности**

- 1.1 К работе в классе шахмат допускаются лица, не имеющие медицинских противопоказаний, прошедшие инструктаж по технике безопасности, ознакомленные с данной инструкцией по технике безопасности и правилам поведения.
- 1.2 Опасными факторами в классе шахмат являются : -физические (неисправная или несоответствующая требованиям СанПиН мебель); - опасное напряжение в электрической сети; - технические средства обучения; -химические (пыль); - психофизиологические (напряжение зрения и внимания; интеллектуальные и эмоциональные нагрузки ; длительные статистические нагрузки и монотонность труда).
- 1.3 Работа обучающихся в классе шахмат разрешается только в присутствии тренера- преподавателя.
- 1.4 Во время занятий посторонние лица могут находиться в классе только с разрешения тренера-преподавателя.
- 1.5 Во время перерывов между занятиями проводится обязательное проветривание помещения с обязательным выходом обучающихся из класса.
- 1.6 Каждый обучающийся в ответе за состояние своего рабочего места и сохранность размещенного на нем оборудования.
- 1.7 Необходимо на каждом занятии проводить профилактику нарушения осанки и зрения. Для этого нужно следить за рабочей позой во время работы на занятиях. Правильная поза : - длина сиденья должна соответствовать длине бедер учащегося; - высота ножек стула должна равняться длине голени; - голеностопный , коленный, тазобедренный суставы при сидении образуют прямой угол; - между краем стола и грудной клеткой сидящего учащегося необходимо выдерживать расстояние равное ширине кисти ребенка; - расстояние от глаз до стола соответствует 30-35 см; - позвоночник опирается на спинку стула; - предплечья лежат на поверхности стола симметрично и свободно; -- надплечья находятся на одном уровне.
- 1.8 Обучающиеся не должны приносить посторонние, ненужные предметы, чтобы не отвлекаться и не травмировать своих товарищей.
- 1.9 Обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности , знать места расположения первичных средств пожаротушения.
- 1.10 Обучающиеся должны место нахождения аптечки и уметь оказать первую доврачебную помощь.
- 1.11 О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю.
- 1.12 Обучающимся запрещается без разрешения тренера-преподавателя подходить к имеющемуся в классе оборудованию, закрытым книжным шкафам.
- 1.13 Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции, привлекаются к ответственности.

## **2 Требования безопасности перед началом занятий**

- 2.1 Проверить правильность установки стола, стула.
- 2.2 Подготовить к работе рабочее место, убрав все лишнее со стола, а портфель или сумку в специально отведенное место.
- 2.3 Обо всех замеченных нарушениях, неисправностях, повреждениях и поломках немедленно доложить тренеру-преподавателю.
- 2.4 При работе в классе шахмат категорически запрещается: - находиться в классе в верхней одежде; - находиться в классе с напитками и едой.

## **3 Требования безопасности во время занятий**

- 3.1 Входить в класс по указанию тренера-преподавателя, соблюдая порядок и дисциплину.
- 3.2 Неукоснительно выполнять требования тренера-преподавателя.
- 3.3 Постоянно поддерживать порядок и чистоту своего рабочего места.
- 3.4 Обучающиеся должны соблюдать правильную посадку : сидеть прямо, не сутулясь, опираясь областью лопаток на спинку стула, с небольшим наклоном головы вперед; предплечья должны опираться на поверхность стола.
- 3.5 Не включать самостоятельно компьютер.
- 3.6 Рекомендуются использовать оздоровительные моменты на занятиях :
  - физкультминутки, динамические паузы; - минутки релаксации;
  - дыхательная гимнастика; - гимнастика для глаз; - массаж активных точек;
  - речевая гимнастика.

## **4 Требования безопасности в аварийных ситуациях**

- 4.1 При возникновении повреждений на столах или других местах проведения занятий прекратить проведение занятий и сообщить тренеру-преподавателю. Занятия продолжить только после устранения неисправности или замены оборудования.
- 4.2 При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру- преподавателю.
- 4.3 При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации школы и родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.
- 4.4 При возникновении пожара в классе не впадать в панику, следовать инструкциям тренера-преподавателя. Немедленно эвакуировать обучающихся из зала через имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации школы и в пожарную часть.

## **5 Требования безопасности по окончании занятий**

- 5.1 Привести в порядок рабочее место.
- 5.2 Все взятые для работы книги положить на место.
- 5.3 При обнаружении неисправности мебели или оборудования сообщить об этом тренеру-преподавателю.
- 5.4 Выходить из класса только с разрешения тренера-преподавателя, не толкаясь , соблюдая дисциплину.