Утверждаю:
Директор ГОАУДО «СШОР «Манеж»
27.08.2025г Д.А. Трофимов

Инструкция
по технике безопасности, для занимающихся на совместных занятиях родителей (сопровождающих взрослых) с детьми в акробатическом зале

При проведении совместных занятий родителей **(сопровождающих взрослых)** с детьми в акробатическом зале на занимающихся могут воздействовать следующие опасные факторы:
- неисправность спортивных снарядов и оборудования;
- плохое самочувствие;
- использование оборудования (в т.ч. батут, трамплины и т.п.) без ознакомления с правилами выполнения упражнений на нем;
- выполнение упражнений без страховки тренера, гимнастических матов, обкладок;
- выполнение упражнений и трюков, уровень сложности которых превышает возможности занимающихся, без предварительной подготовки, страховки и разрешения тренера;
- столкновение с другими занимающимися при выполнении упражнений,

Для предотвращения травмоопасных случаев на занятиях необходимо:

1. Соблюдать правила внутреннего распорядка СШОР «Манеж».
2. Находиться в акробатическом зале только в сопровождении (с разрешения) инструктора и в соответствии с расписанием занятий. Не задерживаться в зале после занятий.
3. Во время занятия выполнять указания инструктора, его сигналы, команды и рекомендации.
4. Не использовать неисправное оборудование (прекратить занятия при обнаружении такого оборудования и сообщить о неисправности инструктору).
5. Не приступать к занятиям (прекратить занятия) при плохом самочувствии и сообщить о плохом самочувствии инструктору.
6. *Обеспечивать безопасное и дисциплинированное поведение своих детей во время занятий. **При нарушении этого требования инструктор имеет право прекратить занятие для нарушителей.**
7. *Обеспечивать безопасное и дисциплинированное поведение своих детей при посещении спортивного объекта «СШОР «Манеж».
8. *Подбрасывая детей в воздух обеспечивать им при приземлении личную страховку сопровождающего. Не сбрасывать детей в поролоновую яму.
9. Во время выполнения упражнений принимать меры для предотвращения столкновений с другими занимающимися, соблюдать дистанцию и интервал.
10. Не стоять в опасной близости к спортивному снаряду при выполнении упражнений другими занимающимися.
11. Заниматься в спортивной одежде и гимнастических тапочках (чешках) или носках;
12. Выполнять прыжки на батуте только по одному человеку в порядке очередности. Для обеспечения страховки родитель (сопровождающий) может выполнять прыжки синхронно со своим ребенком удерживая его.

* требование относится к родителям либо сопровождающим лицам