



**СПбГЭТУ «ЛЭТИ»**  
ПЕРВЫЙ ЭЛЕКТРОТЕХНИЧЕСКИЙ

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования  
**«Санкт-Петербургский государственный электротехнический университет  
«ЛЭТИ» им. В.И. Ульянова (Ленна)»**  
(СПбГЭТУ «ЛЭТИ»)

## ПРИКАЗ

24.05.2020

№ 00/0160

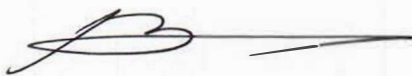
### **Об организации работы спортивных комнат в общежитиях СПбГЭТУ «ЛЭТИ»**

В целях регламентирования деятельности по организации работы спортивных комнат в общежитиях СПбГЭТУ «ЛЭТИ», а также в целях обеспечения безопасности проживающих при их нахождении в спортивных комнатах и при непосредственных занятиях спортом **п р и к а з ы в а ю:**

1. Утвердить Положение о спортивной комнате в общежитиях СПбГЭТУ «ЛЭТИ» (далее – Положение) (Приложение №1 к настоящему приказу).
2. Проректору по административно-хозяйственной работе В.А.Артемову обеспечить:
  - ознакомление заведующих общежитиями о вступлении в действие Положения;
  - обеспечить заключение договоров по техническому обслуживанию спортивного оборудования в спортивных комнатах.
3. Заведующей кафедры ФВиС Л.В.Копысовой определить из числа работников кафедры кандидатуру ответственного для осуществления курирования спортивных комнат в общежитиях с учётом их специфики (далее – куратор спортивных комнат).
4. Начальнику ОСОР П.Ю.Веникову обеспечить организацию работы куратора спортивных комнат в соответствии с локальными нормативными актами университета, с целью организации инструктажа с занимающимися, взаимодействия с представителем организации, осуществляющей техническое обслуживание спортивного оборудования, а также иных функций, связанных с организацией работы спортивных комнат.
5. Начальнику управления по воспитательной и социальной работе М.А.Имайкиной обеспечить ознакомление старост студенческих советов общежитий с настоящим Положением.
6. Заведующим общежитиями ознакомить проживающих и работников общежития с настоящим Положением.
7. Дирекции сайта разместить настоящий приказ и приложения к нему на официальном сайте университета в разделе «Воспитательная и социальная работа/Студенческий дом – общежития/Документы».

8. Контроль выполнения приказа возложить на директора Департамента молодёжной политики А.В.Арсеньева.

Ректор



В.Н.Шелудько

**Приказ вносит:**

Начальник Управления

по воспитательной и социальной работе

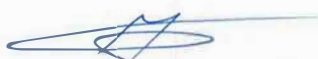


М.А.Имайкина

**Согласовано:**

Проректор

по дополнительному образованию



Т.В.Кустов

Директор департамента

молодежной политики



А.В.Арсеньев

Проректор по АХР

Заведующая кафедрой

физического воспитания и спорта

Председатель студенческого совета

Председатель профсоюзной

организации студентов и аспирантов

Начальник юридического отдела



В.А.Артемов

Л.В.Копысова

К.А.Диогенова

Д.К.Федосов

И.П.Фёдорова

*Зак 98. тир 18 экз. 09.06.2020*

Приказ размножить в 18 экз. и разослать: ректорат (3), ДМП, УВиСР, каф. ФВиС, ОСОР, общежития № 1, 2, 3, 4, 6, 7, 8, ЖЭО, профком студентов и аспирантов, студенческий совет, юридический отдел.

**ПОЛОЖЕНИЕ**  
**о спортивной комнате в общежитиях**  
**федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего**  
**образования «Санкт-Петербургский государственный электротехнический университет**  
**«ЛЭТИ» им. В.И. Ульянова (Ленина)» (СПбГЭТУ «ЛЭТИ»)**

**1. Общие положения**

1.1. Настоящее Положение о спортивной комнате в общежитиях СПбГЭТУ «ЛЭТИ» (далее – Положение) регулирует работу спортивных комнат в общежитиях СПбГЭТУ «ЛЭТИ» (далее – спортивная комната).

1.2. Положение разработано в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 №273 «Об образовании в Российской Федерации», Уставом СПбГЭТУ «ЛЭТИ», Положением о студенческом общежитии СПбГЭТУ «ЛЭТИ» и иным локальными нормативными актами университета.

1.3. Спортивные комнаты в общежитиях СПбГЭТУ «ЛЭТИ» предназначены для самостоятельных (вне учебных) занятий спортом проживающими в общежитиях (далее – проживающие).

1.4. Цели работы спортивной комнаты в общежитиях:

- создание условий для занятия обучающимися физической культурой и спортом;
- пропаганда здорового образа жизни среди проживающих;
- популяризация спорта в общежитии.

1.5. Для достижения поставленных целей, основными задачами спортивной комнаты являются:

- обеспечение возможностей для вне учебных занятий спортом;
- обеспечение условий для подготовки проживающих к участию в чемпионатах и соревнованиях университета по различным видам спорта;
- обеспечение возможностей проведения мероприятий, пропагандирующих здоровый образ жизни.

**2. Требования к спортивной комнате**

2.1. Помещение спортивной комнаты должно:

- отвечать санитарно-гигиеническим нормам;
- отвечать нормам охраны труда, охраны жизни и здоровья проживающих;
- отвечать требованиям пожарной безопасности и электробезопасности;
- иметь спортивный инвентарь и оборудование в технически исправном состоянии.

2.2. Работу по заключению и ведению договоров по техническому обслуживанию спортивного оборудования осуществляют службы проректора по административно-хозяйственной работе.



### 3. Ответственные за обеспечение работы спортивных комнат в общежитиях

3.1. Работа спортивных комнат в общежитиях обеспечивается следующими работниками университета и представителями обучающихся:

- представитель ВУЗа, осуществляющий курирование спортивных комнат в общежитии (далее – куратор спортивных комнат);
- ответственный за спортивную комнату (далее – ответственный) в каждом общежитии,
- заведующий общежитием;

3.2. Куратор спортивных комнат:

- осуществляет ознакомление проживающих с правилами пользования спортивной комнатой (приложение №1 к настоящему положению);
- осуществляет проведение с проживающими инструктажа о рисках для здоровья, вызываемых применением запрещенных субстанций (допинга), несовместимости допинга с ценностным отношением к своему здоровью, отрицательных имиджевых последствиях допинга для атлета, для страны в целом (приложение №2 к настоящему положению);
- осуществляет проведение с проживающими инструктажа по технике безопасности при занятиях в спортивной комнате общежития (приложение №3 к настоящему положению);
- проверяет наличие медицинских документов (справок, допусков и пр.), срок их действия;
- организует выдачу проживающим пропуска на посещение спортивной комнаты после прохождения всех инструктажей и предоставления проживающим медицинского допуска;
- взаимодействует с заведующими общежитий и ответственными за спортивные комнаты по вопросам организации работы спортивных комнат;
- осуществляет визуальный контроль оборудования и инвентаря в спортивной комнате, в случае неисправности своевременно информирует заведующего общежитием, а также представителя организации, с которой у университета заключен договор на техническое обслуживание спортивного оборудования;
- по результатам визуального контроля осуществляет запись в журнал осмотра спортивного оборудования;
- контролирует ведение организацией, осуществляющей техническое обслуживание, «Журнала регистрации работ по техническому обслуживанию и планово-предупредительному ремонту спортивного оборудования спортивной комнаты общежития».

3.3. Ответственный за спортивную комнату избирается из числа студенческого актива общежития по согласованию с заведующим общежития.

3.4. Ответственный за спортивную комнату:

- осуществляет периодический контроль проверки журнала посещения спортивной комнаты;
- организует поддержание спортивного инвентаря и оборудования в порядке, организует субботники по наведению порядка и чистоты в спортивной комнате;
- осуществляет ежедневный визуальный контроль наличия оборудования и инвентаря в спортивной комнате, в случае отсутствия - своевременно информирует заведующего общежитием, старосту студенческого совета общежития и куратора спортивных комнат;
- пресекает неправомерное нахождение в спортивной комнате проживающих и иных лиц;

- оперативно сообщает куратору спортивных комнат и заведующему общежитием об обнаруженной неисправности спортивного оборудования и вывешивает информационный знак о запрете использования оборудования.

### 3.5. Заведующий общежитием обеспечивает:

- контроль выполнения санитарных норм и правил в части состояния помещения и условий проведения занятий, в т.ч. освещённости, теплового режима, безопасности использования электророзеток, элементов освещения (светильников и т.п.), радиаторов и др. электропотребляющего оборудования;

- взаимодействие с куратором спортивных комнат, ответственным за спортивную комнату, студенческим советом общежития, службами университета по вопросам организации функционирования спортивной комнаты.

## 4. Порядок использования спортивной комнаты

4.1. Использование спортивной комнаты производится в соответствии со следующим графиком работы спортивной комнаты: ежедневно с 08.00 до 23.00.

4.2. В спортивную комнату допускаются проживающие:

- прошедшие инструктаж по правилам пользования спортивной комнатой,
- прошедшие инструктаж о рисках для здоровья, вызываемых применением запрещенных субстанций (допинга), несовместимости допинга с ценностным отношением к своему здоровью, отрицательных имиджевых последствиях допинга для атлета, для страны в целом,
- прошедшие инструктаж по технике безопасности при занятиях в спортивной комнате общежития;

- имеющие пропуск на посещение спортивной комнаты,

- не имеющие медицинских противопоказаний для занятий в спортивных комнатах.

4.3. Доступ в спортивную комнату осуществляется следующим образом:

4.3.1. В случае, если в спортивной комнате в данный момент никто не занимается, сотрудник вахты выдает ключ от спортивной комнаты под залог пропуска в общежитие и пропуска в спортивную комнату с занесением записи в журнал посещения спортивной комнаты. Занятия в спортивной комнате допускаются при наличии одновременно занимающихся не менее 2 (двух) человек.

4.3.2. В случае, если в спортивной комнате в данный момент кто-то занимается, доступ туда осуществляется через вахту при сдаче пропуска в спортивную комнату с обязательной записью в журнал посещения спортивной комнаты. При возникновении конфликтных ситуаций следует обращаться к работнику охранного предприятия в общежитии.

4.3.3. В случае, когда студент, взявший ключ, закончил занятия, а другие проживающие продолжают тренироваться, следует поступить согласно следующему алгоритму:

- уходящий выписывается из журнала посещений спортивной комнаты, забирает пропуск в общежитие и пропуск в спортивную комнату, передаёт ключ студенту, из числа продолжающих занятия в спортивной комнате и сообщает вахтёру его фамилию;

- студент, продолжающий занятия в спортивной комнате, получив ключ, оставляет на вахте пропуск в общежитие.

4.3.4. Передача ключа от спортивной комнаты без перерегистрации в журнале посещения строго запрещена.

4.3.5. Изготовление дубликатов ключей от спортивной комнаты запрещено, дубликаты ключей находятся у заведующего общежития и на вахте общежития у дежурного.

4.4. Использование спортивной комнаты в иных целях допускается в следующем порядке:

4.4.1. В исключительных случаях спортивная комната может использоваться для проведения собраний и иных мероприятий.

4.4.2. Для проведения мероприятия необходимо за 2 рабочих дня оформить разрешение на проведение указанных мероприятий и подписать его у заведующего общежитием, а также у старосты студенческого совета общежития.

4.4.3. Лицо, получившее разрешение на использование спортивной комнаты, несет ответственность за сохранность спортивного инвентаря, поддержание порядка и чистоты в спортивной комнате.

4.4.4. Во время указанных мероприятий спортивная комната не может использоваться по прямому назначению, о чем не позже чем за сутки до начала мероприятия вешается объявление на дверях спортивной комнаты.

## **5. Заключительные положения**

5.1. Настоящее Положение утверждается и отменяется приказом ректора.

5.2. Ответственность за контроль выполнения настоящего Положения возлагается на заведующих общежитиями СПбГЭТУ «ЛЭТИ».

5.3. Все изменения и дополнения, вносимые в настоящее Положение, должны утверждаться приказом ректора.



## **Правила пользования спортивной комнатой в общежитиях СПбГЭТУ «ЛЭТИ»**

### **1. Общие правила**

1.1. В спортивной комнате общежития СПбГЭТУ «ЛЭТИ» могут занимать только проживающие, получившие пропуск в спортивную комнату, а также ознакомившиеся с настоящими Правилами пользования спортивной комнатой в общежитиях СПбГЭТУ «ЛЭТИ» (далее – Правила), прошедшие инструктаж о рисках для здоровья, вызываемых применением запрещенных субстанций (допинга), несовместимости допинга с ценностным отношением к своему здоровью, отрицательных имиджевых последствиях допинга для атлета, для страны в целом, а также прошедшие инструктаж по технике безопасности при занятиях в спортивной комнате общежития.

1.2. Допуск в спортивную комнату осуществляется в соответствии с Положением о спортивной комнате в общежитиях.

1.3. В спортивной комнате одновременно могут заниматься минимум двое. Рекомендованное количество лиц, которые могут одновременно заниматься в спортивной комнате может определяться куратором спортивных комнат в зависимости от площади комнаты и видов оборудования, находящихся в ней.

1.4. В спортивной комнате возможно использование личного спортивного инвентаря (скакалки, утяжелители, фитнес-коврики и т.п.)

### **2. Проживающие, посетители спортивной комнаты, обязаны**

2.1. Соблюдать нормы поведения в общественных местах.

2.2. Выполнять требования заведующей общежитием, куратора спортивных комнат и ответственного за спортивную комнату, не допуская проявлений неуважительного отношения к ним, а также к иным посетителям спортивной комнаты.

2.3. Бережно относиться к оборудованию и инвентарю в спортивной комнате.

2.4. Соблюдать чистоту и порядок.

2.5. После окончания упражнений убирать за собой спортивный инвентарь.

2.6. Посещать спортивную комнату в соответствии с графиком, утвержденным настоящим положением.

2.7. Иметь медицинскую документацию (справку, допуск и пр.), разрешающую данному лицу заниматься физической культурой и спортом в основной группе или подготовительной группе (при наличии медицинского заключения с указанием конкретных видов нагрузки и видов спорта).

2.8. Заниматься в спортивной одежде и обуви.

2.9. Приступать к тренировке только при условии удовлетворительного состояния здоровья.

2.10. При любых травматических повреждениях немедленно обратиться к персоналу общежития (аптечка для оказания первой медицинской помощи находится на вахте), который при необходимости вызовет скорую помощь.

### **3. Проживающим, посетителям спортивной комнаты, запрещается**

3.1. Передавать пропуск другому лицу.

3.2. Приводить в спортивный зал посторонних лиц.

3.3. Находиться в состоянии алкогольного, токсического, наркотического и иного опьянения.

3.4. Курить и употреблять алкогольные, энергетические напитки.

3.5. Выносить какое-либо оборудование из спортивной комнаты.

3.6. Приносить личное спортивное оборудование (тренажеры, гири, гантели и т.п.)

3.7. Создавать конфликтные ситуации, использовать ненормативную лексику, допускать оскорбительные выражения в адрес других лиц.

### **4. Ответственность за нарушение правил пользования спортивной комнатой**

4.1. При получении травмы занимающимся в результате нарушения Правил пользования спортивной комнатой в общежитиях СПбГЭТУ «ЛЭТИ», инструкции по технике безопасности при занятиях в спортивной комнате общежития, медицинских ограничений, а также требований к антидопинговому режиму ответственность возлагается на самого проживающего.

4.2. При выявлении нарушений какого-либо из пунктов настоящих Правил, нарушивший Правила проживающий, лишается права посещения спортивной комнаты до разбирательства обстоятельств нарушения.

4.3. Степень тяжести нарушения определяется заведующей общежитием, куратором спортивных комнат, студенческим советом общежития СПбГЭТУ «ЛЭТИ».

4.4. За нарушение настоящих Правил, нарушение инструкции по технике безопасности при занятиях в спортивной комнате общежития, медицинских ограничений, порче инвентаря или нанесению иного вреда спортивной комнате могут применяться следующие меры:

- дисциплинарные взыскания в соответствии с положением о студенческом общежитии СПбГЭТУ «ЛЭТИ»;

- запрет на пользование спортивной комнатой;

- возмещение ущерба.

4.5. Если последствием данных нарушений стало причинение вреда здоровью или материального ущерба в крупных размерах, то виновные несут ответственность в соответствии с действующим законодательством РФ.



## ИНСТРУКЦИЯ

### по технике безопасности при занятиях в спортивной комнате общежития

#### 1. Общие требования

1.1. Требования настоящей инструкции являются обязательными для занимающихся, невыполнение этих требований должно рассматриваться, как нарушение дисциплины.

1.2. К занятиям в спортивной комнате допускаются проживающие, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний к занятиям. Ответственность за прохождение медицинского осмотра не реже одного раза в шесть месяцев лежит на самом занимающемся.

1.3. Плановый инструктаж проводится каждые шесть месяцев, внеплановый — после каждого нарушения настоящей инструкции. После прохождения инструктажа занимающийся расписывается в контрольном листе (приложение №1 к настоящей инструкции).

#### 2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. К занятиям в спортивной комнате допускаются проживающие, имеющие сменную обувь и спортивную форму (футболку, закрывающую плечи и спортивные штаны или шорты).

2.2. Минимальное количество занимающихся — двое. Категорически запрещаются занятия в одиночку.

2.3. Перед основной частью занятия обязательно проводится разминка.

#### 3. Требования безопасности во время занятия

3.1. Поддерживать дисциплину и порядок во время занятия, использовать спортивный инвентарь строго по назначению.

3.2. Перед выполнением любого упражнения убедиться в наличии достаточного места для обеспечения безопасности окружающих.

3.3. Отдых между упражнениями необходимо осуществлять в свободных зонах спортивной комнаты, не создавая помех занимающимся.

3.4. При навешивании на гриф штанги дисков, необходимо контролировать устойчивость положения грифа на фиксаторах, чтобы исключить опрокидывание грифа через перегруженный конец.

3.5. При появлении дискомфортных ощущений (головокружение, учащенное сердцебиение, «мушки» в глазах, боли в мышцах и т. п.) немедленно прекратить занятие и в случае необходимости обратиться к врачу.

3.6. При проветривании помещения избегать пребывания на сквозняке во избежание простудных заболеваний и переохлаждения разогретых мышц.

3.7. Если после снятия штанги с фиксаторов осуществляется дискомфорт (например, несимметричный хват и т. п.), необходимо вернуть штангу на фиксаторы, устранить причину дискомфорта и только после этого продолжить выполнение упражнения.

#### Категорически запрещается

- находиться в спортивной комнате в состоянии алкогольного, токсического, наркотического и иного опьянения;
- выполнять физические упражнения с жевательной резинкой во рту;
- находиться в спортивной комнате в наушниках;
- класть тяжелые предметы (гантели, диски и т. п.) на любые поверхности с опасностью падения;
- выполнять жим штанги лежа и приседания со штангой без страховки;
- создавать ситуации повышенной опасности вокруг лиц, выполняющих физические упражнения.

#### 4. Требования безопасности по окончании занятия

4.1. Убрать в отведенные места спортивный инвентарь и оборудование.

4.2. Закрывать окна, выключить освещение, закрыть спортивную комнату, сдать ключи на вахту.

Приложение № 1  
к Инструкции по технике безопасности  
при занятиях в спортивной комнате общежития  
(приказ ректора № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_)

**КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ № \_\_\_\_\_**  
**прохождения инструктажа по технике безопасности**  
**при занятиях в спортивной комнате общежития № \_\_\_\_**

**Инструктаж мною усвоен, противопоказаний для занятий не имею.**

№	Фамилия Имя Отчество	Учебная группа	Дата	Подпись
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				
11.				
12.				
13.				
14.				
15.				
16.				
17.				
18.				
19.				
20.				
21.				
22.				
23.				
24.				
25.				
26.				
27.				
28.				
29.				
30.				

Инструктаж провел \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(должность) (подпись) (Фамилия И. О.)

Приложение № 3  
к Положению о спортивной комнате  
в общежитиях СПбГЭТУ «ЛЭТИ»

**КОНТРОЛЬНЫЙ ЛИСТ № \_\_\_\_\_**  
**прохождения инструктажа по антидопингу**  
**при занятиях в спортивной комнате общежития № \_\_\_\_\_**

**Куратор спортивной комнаты разъяснил мне о рисках для здоровья, вызываемых применением запрещенных субстанций (допинга), несовместимости допинга с ценностным отношением к своему здоровью, отрицательных имиджевых последствиях допинга для атлета, для страны в целом.**

Мною были усвоены следующие знания:

1. допинг как глобальная проблема современного спорта;
2. последствия применения допинга;
3. социальные аспекты проблемы допинга;
4. основные методы антидопинговой профилактической работы;
5. сохранение здоровья и соблюдение норм здорового образа жизни.

**Инструктаж мною усвоен, утверждаю, что не принимал, не принимаю и обязуюсь не принимать никаких запрещенных препаратов, соблюдаю все требования Международного и Национального антидопинговых агентств. (Список запрещенных препаратов находится на сайте Российского Антидопингового Агентства <http://rusada.ru/documents/prohibited-list/>)**

№ п/п	Фамилия Имя Отчество	Группа, номер комнаты	Подпись
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			

Теоретическое занятие провел \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_  
(должность) (подпись) (Фамилия И. О.)