

**ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ШАХМАТАМ
№ О-08-2026**

1. Общие требования охраны труда

1.1. Настоящая инструкция устанавливает требования охраны труда для обучающихся на занятиях по шахматам.

1.2. К занятиям по шахматам допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по охране труда, ознакомленные с требованиями безопасного выполнения работ и требованиями пожарной безопасности.

1.3. Вход обучающихся в аудиторию разрешается только в присутствии педагогического работника (далее - Преподаватель).

1.4. Обучающиеся обязаны:

соблюдать требования настоящей инструкции;

соблюдать Правила внутреннего распорядка обучающихся;

выполнять указания Преподавателя;

бережно относиться к шахматному инвентарю и использовать его только по назначению;

поддерживать порядок на рабочем месте;

соблюдать правила личной гигиены;

сообщать Преподавателю обо всех недостатках и неисправностях, случаях травмирования, ухудшения самочувствия, а также о возникновении аварийных ситуаций.

1.5. Обучающиеся должны знать порядок организации рабочего места на занятиях по шахматам.

1.6. На занятиях по шахматам на обучающихся могут воздействовать следующие опасные и вредные факторы:

острые углы шахматных столов;

падение тяжелых предметов (шахматных часов);

спотыкание о провода электронных досок или удлинителей;

скольжение на влажном полу;

риск защемления пальцев выдвижными ящиками столов;

устомление зрения из-за недостаточной освещенности доски или бликов от ламп;

умственное перенапряжение;

нарушение осанки при неправильной посадке за столом.

1.7. Обучающимся запрещается:

бегать, прыгать, толкаться, кричать и отвлекать других во время партии;

приносить в аудиторию посторонние предметы (еду, напитки, игрушки, гаджеты и др.).

1.8. Нарушение требований настоящей инструкции вследствие личной небрежности, невнимательности или неосторожности влечет ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации и Правилами внутреннего распорядка обучающихся.

2. Требования охраны труда перед началом занятий

- 2.1. Входить в аудиторию можно только с разрешения Преподавателя.
- 2.2. Верхнюю одежду необходимо оставлять в гардеробе.
- 2.3. Убрать длинные волосы так, чтобы они не закрывали обзор и не мешали игре.
- 2.4. Занять свое место за шахматным столом согласно указанию Преподавателя.
- 2.5. Личные рюкзаки и сумки следует аккуратно размещать под столом или на вешалке, не загромождая проходы.
- 2.6. Проверить состояние своего рабочего места: убедиться, что стул и столешница устойчивы.
- 2.7. Осмотреть пол вокруг стола: он должен быть сухим и чистым, без посторонних предметов и проводов.
- 2.8. Проверить комплектность шахматного инвентаря (наличие всех фигур, их целостность — отсутствие сколов, острых краев у деревянных или пластиковых фигур).
- 2.9. Размещать шахматную доску, фигуры и часы на столе нужно устойчиво, чтобы исключить их падение.
- 2.10. Запрещается приступать к занятию до устранения неполадок.

3. Требования охраны труда во время занятий

- 3.1. Соблюдать правильную рабочую позу: сидеть ровно, не сутулясь, опираясь спиной на спинку стула. Ноги должны всей ступней опираться на пол. Расстояние от глаз до шахматной доски должно составлять 40–50 см.
- 3.2. Аккуратно обращаться с шахматными фигурами. Не бросать фигуры на доску, передвигать их плавно, придерживая основание рукой, чтобы не повредить пальцы партнера и не разбить фигуры.
- 3.3. При использовании шахматных часов нажимать на кнопки следует открытой ладонью или подушечками пальцев, но не ребром ладони со всего размаха, чтобы избежать травм кисти.
- 3.4. При передвижении по кабинету (например, при переходе к столу соперника для разбора партии) необходимо идти шагом, не наступая на лежащие на полу провода электронного оборудования.
- 3.5. Для предотвращения зрительного переутомления каждые 20–25 минут отводить взгляд от доски вдаль на 1–2 минуты и выполнять легкую разминку для шеи и плеч.
- 3.6. Запрещается:

бросаться фигурами, брать их в рот, зажимать в кулаке во время бега или ломать механизмы часов;

самостоятельно включать, выключать или перенастраивать компьютеры, проекторы и кондиционеры без разрешения тренера;

раскачиваться на стуле, вставать ногами на сиденье, класть ноги на стол.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При появлении запаха гари, дыма, искрения, необычного шума немедленно отключить оборудование от электросети и сообщить Преподавателю.

4.2. При возникновении пожара:

прекратить занятие и немедленно сообщить Преподавателю;

при необходимости вызвать пожарную охрану по телефону 101 или 112;

действовать в соответствии с планом эвакуации и указаниями Преподавателя.

4.3. При травмировании обучающегося прекратить занятие и немедленно сообщить Преподавателю для организации оказания первой помощи.

5. Требования охраны труда по окончании занятий

5.1. Привести шахматную доску в исходное положение. Сложить фигуры в ячейки специального ложементы или коробки аккуратно, острыми частями вниз (если применимо).

5.2. Если использовались шахматные часы — выключить их.

5.3. Привести в порядок свое рабочее место, задвинуть стул.

5.4. Выходить из кабинета спокойно, не толкаясь.

5.5. В целях соблюдения личной гигиены вымыть руки.

СОГЛАСОВАНО

Председатель ОППО МГПУ

Ю.В. Смирнова

«17» 08 2026 г.

Протокол № _____ от «20» 06 2026 г.