|  |
| --- |
| УТВЕРЖДАЮ Директор ГУДО «Центр |
| творчества «Эверест» г.Могилева» |
| \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Голодникова И.В. «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2020г |

**ПРАВИЛА №\_\_38\_\_**

безопасного поведения
учащихся на занятиях
пожарно-спасательным спортом

1. К занятиям допускаются учащиеся прошедшие инструктаж по технике

безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1. Входить в зал только в спортивной форме.
2. Форма должна быть без молний, пуговиц, застежек и других жестких или

мешающих элементов, облегать тело, не иметь широких карманов и выступающих накладных деталей; внешний вид одежды должен быть чистым и опрятным.

1. Форма для юношей: футболка с длинными рукавами, спортивные штаны (трико, ласины) закрывающие колено.
2. Форма для девушек: футболка с длинными рукавами, трико, лосины.
3. Перед тренировкой снимать с себя часы, цепочки, кольца, браслеты,

сережки и другие жесткие или мешающие предметы.

1. Бережно относится к спортивному инвентарю, пожарно-техническому

вооружению оборудованию залов и других помещений, поддерживать чистоту и порядок в раздевалках и подсобных помещениях.

1. Запрещено находиться в зале, на учебно-тренировочной башне (далее –

УТБ), если там нет педагога. Зал - это место повышенной опасности.

1. В случае опоздания или прихода раньше, в зал входить только с

разрешения педагога.

1. В случае пропуска занятия заранее предупредить педагога и сообщить

о причине (можно через SMS сообщение).

1. Перед тем как войти в зал, посмотрите по сторонам и убедитесь, что

Вы не помешаете ходу тренировки.

1. Не оставляйте в раздевалках ценные вещи.
2. Занимающимся необходимо знать правила противопожарной

безопасности и план эвакуации из здания. В случае обнаружения неисправности электрооборудования следует незамедлительно сообщить об этом педагогу.

1. В случае возникновения пожара, сильного задымления, полного

отключения электроэнергии в тёмное время суток необходимо прекратить занятия покинуть помещение согласно плану эвакуации.

1. Точно и своевременно выполнять указания педагога.
2. Качественно выполнять разминку.
3. В случае плохого самочувствия сообщать об этом педагогу.
4. При выполнении упражнений в группе соблюдать дистанцию и

интервалы, необходимые для предотвращения столкновения даже в случае неправильного выполнения упражнения (падение, остановка, возврат в исходное положение и т. п.) любым из членов группы.

1. Освоить приемы самостраховки, уметь применять на практике.
2. Выполнять упражнения только предложенные педагогом или с

разрешения педагога.

1. Перед началом выполнения упражнений на УТБ, проверять состояние

штурмовой лестницы.

1. Запрещается находиться в зоне опилочной подушки до окончания

выполнения упражнения предыдущим спортсменом.

1. Перед началом выполнения упражнений на снарядах и тренажерах,

необходимо проверить их техническую исправность, при обнаружении неисправности сообщить педагогу.

1. Запрещается находиться на снарядах вдвоем.
2. При несчастном случае, получении травмы, пострадавший или

очевидец случившегося обязан немедленно сообщить об этом педагогу или любому находящемуся в зале преподавателю для принятия неотложных мер по оказанию первой доврачебной помощи.

1. Выполнять упражнения по очереди, для увеличения интервалов в

шахматном порядке, дождаться, когда идущий перед Вами освободит зону выполнения упражнений.

1. Перед выполнением упражнения убедиться, что зона разбега и

перехвата штурмовой лестницы свободна.

1. Возвращаться с УТБ, не мешая другим членам группы. По окончании

занятий следует убрать в отведённое место спортивный инвентарь и привести в порядок место тренировок и раздевалки.

Заместитель директора по УВР

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.В. Харкевич