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

**ПРАВИЛА №\_\_45\_\_**

безопасного поведения учащихся

на занятиях общефизической подготовкой

и спортивными играми

**Общие требования безопасности**

*К занятиям допускаются учащиеся:*

*-* прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья;

- имеющие соответствующую спортивную обувь и форму в зависимости от места проведения занятий (спортивный зал, спортивная площадка, стадион) и времени года (осень, зима, весна);

*Учащийся должен:*

- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и использовать его по назначению.

За несоблюдение мер безопасности учащийся может быть не допущен или отстранён от участия в учебном процессе.

**Требования безопасности перед началом занятий.**

*Учащийся должен:*

- переодеться, надеть на себя спортивную форму и обувь;

- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся, которые могут быть причиной травмы (серьги, часы, браслеты и т.д.);

- убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы;

- иметь коротко остриженные ногти;

- при наличии длинных волос убрать и завязать их любыми мягкими лентами;

- под руководством педагога приготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;

- с разрешения педагога выходить на место проведения занятия.

**Требования безопасности во время занятий.**

*Учащийся должен:*

- внимательно слушать и чётко выполнять задания педагога;

- брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения педагога;

- во время передвижений смотреть вперёд, соблюдать достаточные интервал и дистанцию, избегать столкновений,

- не выполнять любые упражнения на перекладине и шведских стенках без разрешения педагога;

- быть предельно внимательным во время игр и упражнений с использованием спортивного инвентаря и снарядов;

- быть очень осторожным при игре в «Дартс», следить за тем, чтобы не попасть дротиком в других учащихся и чтобы другой учащийся не попал в него;

- во время выполнения упражнений с мячами (теннисный, волейбольный, баскетбольный, футбольный, набивной) контролировать падение мяча, чтобы избежать умышленного травмирования других учащихся;

- во время командных игр строго соблюдать установленные правила.

- во время проведения эстафет не начинать без сигнала педагога;

- выполнять эстафету по своей дорожке. Если инвентарь оказался на полосе другой команды, осторожно забрать его, вернуться на свою дорожку и продолжать выполнять задание;

- не выбегать преждевременно из строя, пока впереди стоящий игрок не закончит выполнять задание и не передаст эстафету касанием руки;

- после передачи эстафеты встать в конец своей команды, во время эстафеты не выходить из своего строя, не садиться и не ложиться на полы.

*Учащимся нельзя:*

- покидать место проведения занятия без разрешения педагога;

- толкаться, ставить подножки в строю и движении;

- залезать на баскетбольные формы, виснуть на кольцах;

- жевать жевательную резинку;

- мешать и отвлекать при объяснении заданий и выполнении упражнений;

- выполнять упражнения с влажными ладонями;

- резко изменять направление своего движения.

Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях

*Учащийся должен:*

- при получении травмы или ухудшения самочувствия прекратить занятия и поставить в известность педагога;

- с помощью педагога оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;

- при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством педагога покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;

- по распоряжению педагога поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

**Требования безопасности по окончании занятий**

*Учащийся должен:*

- под руководством педагога убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

- организованно покинуть место проведения занятия;

- переодеться в раздевалке, снять спортивную форму и спортивную обувь;

- вымыть с мылом руки.

Заместитель директора по УВР

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