

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ ГРУППОВЫХ СПОРТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ.

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

- 1.1 К занятиям в зале допускаются обучающиеся, имеющие медицинский допуск.
- 1.2 Обучающиеся должны быть одеты в спортивную форму установленного образца.
- 1.3 Обучающиеся должны соблюдать правила внутреннего распорядка, использования спортивного инвентаря находящегося в зале, установленные режимы занятий и отдыха.
- 1.4 Обучающимся запрещается приносить в тренировочный зал пищу, принимать пищу во время занятий. Разрешено приносить питьевую воду в персональных пластиковых бутылочках. Принимать воду обучающиеся должны только во время перерыва в течении занятия, по команде тренера-преподавателя.
- 1.5 Обучающимся, во время занятий, запрещается ношение украшений типа серьги, тяжелые нашейные амулеты и цепочки, любые украшения, которые могут стать причиной травмирования глаз, зубов и прочих частей тела во время выполнения тренировочных упражнений и заданий. Все подобные украшения необходимо снимать на время занятий.
- 1.6 Во время проведения занятий возможны следующие риски:
 - риск травмирования при падении.
 - риск травмирования при выполнении упражнений.
- 1.7 Обучающиеся, допустившие не выполнение или нарушение инструкций по Технике Безопасности, привлекаются к дисциплинарной ответственности.
- 1.8 Тренер-преподаватель обязан соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и алгоритмов эвакуации.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ

- 2.1 Убедиться в том, что тренировочный зал проветрен и система вентиляции работает исправно.
- 2.2 Провести внешний осмотр обучающихся. В случае признаков болезни, ненадлежащего внешнего вида (отсутствия спортивной формы установленного образца) тренер-преподаватель обязан отстранить обучающегося от занятий, сообщив об этом законному представителю.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

- 3.1 Обучающиеся обязаны начинать и заканчивать упражнения в зале по команде (сигналу) тренера-преподавателя.
- 3.2 Обучающиеся обязаны точно и добросовестно выполнять все задания и рекомендации тренера-преподавателя.
- 3.3 Обучающиеся обязаны соблюдать дисциплину и установленные режимы упражнений и отдыха.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В ЭКСТРЕННЫХ СИТУАЦИЯХ

- 4.1 При плохом самочувствии, наличии признаков заболевания, чрезмерного утомления, обучающиеся обязаны сообщить об этом тренеру-преподавателю и прекратить занятие.
- 4.2 При травмировании обучающегося, тренер-преподаватель действует в соответствии с утвержденным алгоритмом.
- 4.3 При срабатывании системы пожарного оповещения тренер-преподаватель действует в соответствии с утвержденным алгоритмом эвакуации обучающихся.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ

- 5.1 Обучающиеся обязаны по команде тренера-преподавателя прекратить выполнение упражнений, убрать в отведенное место спортивный инвентарь, покинуть спортивный зал.
- 5.2 В раздевалках обучающиеся должны снять спортивную одежду и обувь и выполнить необходимые действия соблюдения личной гигиены.
- 5.3 В раздевалках обучающиеся обязаны соблюдать правила общественного поведения и бережного отношения к имуществу окружающих, имуществу Спортивной Школы.