

Принято на заседании
Педагогического совета
ГБУ «РСШОР по водным
видам спорта «Акватика»
«12 » октября 2018 г.



Утверждаю
Директор ГБУ «РСШОР по
водным видам спорта «Акватика»
Л.А.Камешков
«12 » октября 2018 г.

Правила поведения занимающихся в спортивных залах при проведении учебно-тренировочных занятий в ГБУ РСШОР по водным видам спорта «Акватика»

До выхода в спортивный зал

1. Занимающийся должен переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь на светлой подошве.
2. Снять с себя предметы, представляющие опасность для себя и других занимающихся (часы, висючие сережки, заколки и т.д.)
3. Убрать из карманов спортивной формы, колющиеся и другие посторонние предметы, ценные вещи сдать тренеру-преподавателю.
4. Запрещается на занятия приносить жевательную резинку, семечки, чипсы, сладости, легко воспламеняющие предметы.

На занятиях

1. Заходить в спортивный зал только в сменной обуви, брать спортивный инвентарь и т.д., только с разрешения тренера-преподавателя
2. Бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и использовать его по назначению (Не портить имущество спортивного объекта и школы).
3. Пользоваться только исправным оборудованием.
4. Внимательно слушать и выполнять все требования тренера-преподавателя.
5. Знать и соблюдать простейшие правила ведения занятия.
6. Выполнять все спортивные упражнения под наблюдением тренера-преподавателя.
7. Во время занятий не отвлекаться самому и не отвлекать других.
8. Запрещается без команды тренера забираться на шведскую стенку, батуты, тренажеры, трамплины, вышку для прыжков и прочее спортивное оборудование, находящееся в спортивных залах.
9. При получении травмы или ухудшении самочувствия, прекратить занятия и поставить в известность тренера-преподавателя

После занятий

1. Использовать осушитель рук по назначению.
2. Из раздевалки выходить в коридор в сменной обуви и полностью одетым.
3. Тщательно вымыться и закрыть за собой воду.
4. *Пить воду только с индивидуальной бутылочки*

За несоблюдение правил и мер безопасности, занимающейся может быть не допущен или отстранен от участия в учебно-тренировочном процессе.