

**ПРАВИЛА ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ
НА ТРЕНИРОВОЧНЫХ, ФИЗКУЛЬТУРНЫХ, СПОРТИВНЫХ ЗАНЯТИЯХ
НА ФУТБОЛЬНОЙ ПЛОЩАДКЕ**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Настоящие Правила по технике безопасности на занятиях **на футбольной площадке** (далее по тексту - Правила) ГБУ «МосСпортОбъект» разработаны с целью создания безопасных и комфортных условий на тренировочных, физкультурных, оздоровительных занятиях для всех возрастных категорий граждан, получателей услуг (далее по тексту – Клиент).

1.2. В случае нарушения Клиентом, настоящих Правил, администрация футбольной площадки оставляет за собой право на досрочное прекращение оказания услуг Клиенту.

1.3. С действующими Правилами можно ознакомиться на официальном сайте ГБУ «МосСпортОбъект» и непосредственно в спортивной зоне на специально отведенных местах (информационных стендах).

1.4. В случае необходимости Правила могут быть пересмотрены или дополнены. Информация об изменениях должна быть размещена на сайте за пять календарных дней до даты вступления данных изменений в силу. Через пять дней после размещения изменения вступают в силу, и новая редакция является обязательной для соблюдения. Предыдущая редакция Правил с этого же дня считается утратившей силу.

1.5. Услуги оказываются на футбольной площадке ГБУ «МосСпортОбъект» по адресу: г. Москва, Юрловский проезд, вл. 6. Услуги оказываются Клиентам, не имеющим медицинских противопоказаний занятиям.

1.6. К занятиям допускаются дееспособные физические лица, в том числе:

✓ взрослые;

✓ дети, начиная с 6-летнего возраста, не имеющие медицинских противопоказаний для занятий спортом. Дети до 14 лет могут получить услуги на самостоятельных занятиях только в сопровождении родителей (законных представителей несовершеннолетнего ребенка). Дети с 14 до 17 лет (включительно) могут получить услугу самостоятельно с письменного разрешения родителей (законных представителей несовершеннолетнего ребенка), составленного в Учреждении. Если администратор сомневается в возрасте ребенка, он вправе попросить к предъявлению свидетельство о рождении ребенка или паспорт.

1.7. К занятиям не допускаются:

✓ беременные женщины;

✓ лица, находящиеся в состоянии алкогольного и наркотического опьянения, а также лица, находящиеся под действием лекарств, влияющих на реакцию.

1.8. Не рекомендуется приступать к занятиям с заболеваниями сердечно-сосудистой системы или другими медицинскими противопоказаниями.

1.9. Услуги оказываются в дни и часы, установленные Расписанием в сопровождении инструктора по спорту/тренера.

1.10. Проход на футбольную площадку осуществляется строго по расписанию работы футбольной площадки.

1.11. Занятия должны проводиться в полном комплекте защитной экипировки, в соответствии с правилами по виду спорта.

1.12. Администрация футбольной площадки не несет ответственности за травмы и повреждения, полученные посетителями в результате несоблюдения требований безопасности и правил поведения во время занятий.

1.13. За порчу имущества футбольной площадки виновные лица несут материальную ответственность и возмещают причиненный ущерб в полном объеме.

1.14. Администрация оставляет за собой право в любое время отказать Клиенту в получении Услуги и нахождении на территории футбольной площадки, в случае нарушения Клиентом настоящих Правил.

1.15. Представленные требования безопасности и правила поведения при посещении футбольной площадки в полном объеме распространяются на несовершеннолетних, за выполнение которых несут ответственность родители (законные представители).

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ НА ФУТБОЛЬНОЙ ПЛОЩАДКЕ

2.1. Клиенты (посетители) **обязаны:**

2.1.1. Выполнять все требования инструктора по спорту/тренера и руководства Футбольной площадки, связанные с обеспечением безопасности и соблюдением настоящих Правил;

2.1.2. Соблюдать расписание занятий и общее время пребывания на футбольной площадке;

2.1.3. Снять с себя предметы, представляющие опасность для себя и других занимающихся (серьги, часы, браслеты, очки и т.д.);

2.1.4. Надеть спортивную форму и обувь на нескользящей подошве. Приходить на занятие в соответствующей спортивной форме или другой форме (если определено);

2.1.5. Входить на футбольную площадку строго по разрешению инструктора по спорту/тренера, в его присутствии;

2.1.6. Произвести визуальный осмотр футбольной площадки на отсутствие посторонних предметов;

2.1.7. Проверить надежность установки и крепления стоек и перекладин футбольных ворот, и другого спортивного оборудования;

2.1.8. Провести разминку

2.2. Лицам, сопровождающим участника тренировочного процесса запрещается находиться на футбольной площадке в неустановленных местах во избежание несчастных случаев, администрация не несет ответственности за последствия для жизни и здоровья сопровождающих.

2.3. Запрещено находиться на занятиях в состоянии алкогольного опьянения и/или под действием лекарств, влияющих на реакцию. Не допускаются люди, которым противопоказаны, удары и перегрузки (беременные, люди с заболеваниями сердечно-сосудистой системы и т. д.).

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ И ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ НА ФУТБОЛЬНОЙ ПЛОЩАДКЕ

3.1. Приступать к занятиям на футбольной площадке можно только после ознакомления с настоящими правилами техники безопасности.

3.2. Все упражнения выполнять только под непосредственным наблюдением инструктора по спорту/тренера. В отсутствие инструктора по спорту/тренера Клиенты на футбольную площадку не допускаются.

3.3. Указания инструктора по спорту/тренера необходимо выполнять незамедлительно. Когда инструктор по спорту/тренер показывает или объясняет движение во время занятий, занимающийся должен прекратить движения и внимательно слушать его. Клиент - посетитель обязан внимательно слушать, не отвлекаться, не прерывать и не комментировать объяснения инструктора по спорту/тренера.

3.4. Во избежание случаев травматизма (растяжений, ушибов, вывихов, сотрясений мозга) необходимо четко следовать указаниям инструктора/тренера (в начале занятий обязательно выполнить разминку). При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. При возникновении болевых ощущений во время проведения тренировочного процесса, необходимо известить об этом инструктора по спорту/тренера.

3.6. При умышленном причинении вреда своему партнеру, виновный отстраняется от тренировки.

3.7. Начинать выполнение упражнений и заканчивать их необходимо только по команде инструктора/тренера.

3.8. В случае получения травмы, ухудшения самочувствия, при возникновении несчастного случая с посетителями, пострадавший или очевидец обязан незамедлительно сообщить инструктору по спорту/тренеру или медицинскому работнику на объекте.

3.9. Клиентам - посетителям футбольной площадки **ЗАПРЕЩАЕТСЯ**:

3.9.1. Посещать занятия при наличии медицинских противопоказаний по состоянию здоровья, при наличии кожных, инфекционных заболеваний, открытых ранах и кровотечениях;

3.9.2. Посещать занятия в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения;

3.9.3. Приносить огнестрельное и холодное оружие, колюще-режущие предметы, предметы из стекла, взрывчатые, легковоспламеняющиеся, отравляющие и токсичные вещества, а также газовые баллончики;

3.9.4. Курить и/или распивать спиртные напитки на территории футбольной площадки;

3.9.5. Использовать спортивное оборудование и инвентарь/реквизит без разрешения инструктора по спорту/тренера;

3.9.6. Приносить с собой и употреблять пищу, жевать жевательную резинку;

3.9.7. Покидать занятие без разрешения инструктора по спорту/тренера;

3.9.8. Выполнять действия, заведомо способствующих возникновению травмы;

3.9.9. Висеть на перекладине футбольных ворот;

3.9.10. Создавать провокационные действия перед другими посетителями, тем самым провоцируя травмоопасные ситуации;

3.9.11. Применять грубые и опасные приёмы по отношению к другим участникам занятий;

3.9.12. Портить имущество футбольной площадки;

3.9.13. Вносить на футбольную площадку или выносить из него любые предметы без разрешения инструктора/тренера, проводящего занятия;

3.9.14. Ходить босиком;

3.9.15. Шуметь, нецензурно выражаться, оскорблять окружающих и т.д.;

3.10. При нарушении указанных требований Клиент несет ответственность.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ НА ФУТБОЛЬНОЙ ПЛОЩАДКЕ

4.1. При поломке или порче спортивного оборудования (инвентаря) необходимо прекратить занятия и сообщить об этом инструктору по спорту/тренеру. Занятия продолжать только после устранения неисправностей или замены спортивного оборудования (инвентаря).

4.2. При возникновении пожара, задымления немедленно сообщить инструктору по спорту/тренеру и спокойно без паники покинуть место возникновения чрезвычайной ситуации по путям эвакуации, указанных на схемах эвакуации.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИЮ ЗАНЯТИЙ НА ФУТБОЛЬНОЙ ПЛОЩАДКЕ

5.1. После окончания интенсивных занятий рекомендуется 10-ти минутная заминка (плавный перевод организма из состояния напряженной активности в обычное состояние покоя) перед уходом с футбольной площадки в раздевалку.

5.2. Под руководством инструктора по спорту/тренера убрать спортивный инвентарь в места его хранения.

5.3. Выход после окончания занятий осуществляется по команде инструктора по спорту/тренера. О преждевременном уходе Клиент обязан поставить в известность инструктора по спорту/ тренера.

5.4. Снять в раздевалке спортивную одежду, спортивную обувь. Рекомендуется принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5.5. Покинуть помещение в течении 15 минут после окончания занятий.