

ПАМЯТКА

ПО БЕЗОПАСНОМУ ПОВЕДЕНИЮ НА СПОРТИВНО-ИГРОВЫХ ПЛОЩАДКАХ.

При занятиях на спортивной площадке необходимо соблюдать следующие правила:

1. Заниматься только с инструктором или воспитателем, обязательно выполнять все их указания.
2. Быть в соответствующей форме – одежде и обуви, следить за ее опрятностью.
3. Не покидать без разрешения место занятий.
4. Не приступать к выполнению заданий без команды инструктора.
5. Не выполнять упражнения, не убедившись в их безопасности для себя и окружающих.
6. Не выполнять упражнения, не предусмотренные заданием инструктора.
7. Соблюдайте дисциплину и порядок на занятиях.
8. При выполнении физических упражнений быть внимательным и осторожным, не мешать друг другу, не толкаться, не разговаривать, не кричать.
9. Заниматься только на исправном спортивном оборудовании, с исправным инвентарем, закончив выполнение упражнений, класть инвентарь в места его хранения.
10. На спортивной площадке не сорить.
11. Строго выполнять правила проведения спортивных и подвижных игр.
12. Избегайте столкновения с соперниками, не допускать грубых приемов.
13. Исключить резкое изменение своего движения, если этого требуют условия игры.
14. Использовать спортивное оборудование и инвентарь по прямому назначению.