**ИНСТРУКЦИЯ (ПРАВИЛА) ПО ПРОВЕДЕНИЮ ЗАНЯТИЯ И СОБЛЮДЕНИЮ ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ В СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ (для родителей)**

1. Прочтение молитвы на начало всякого благого дела (Царю небесный… Отче наш) и по окончании занятия (Достойно есть…)
2. На первое занятие – справка от врача об отсутствии противопоказаний для занятий данным видом спорта или физической культурой!
3. Спортивная форма одежды со сменной обувью ( если занятие проходит родитель+ребенок – обязательная спортивная форма для родителя).
4. Приходить на занятие не ранее чем за 15 мин до занятия; не задерживаться в помещении более чем на 15 мин после окончания занятия.
5. Соблюдение детьми дисциплины и порядка во время занятий, до и после (в раздевалке и коридоре). Уважительное отношение к окружающим. Строго запрещается ругань и сквернословие!
6. Не входить в спортивный зал без педагога.
7. Не покидать самовольно место проведения занятия.
8. Не опаздывать на занятие, т.к. в начале урока проводится разминка перед выполнением упражнений.
9. Самовольно, без разрешения тренера не пользоваться тренажерами и другим инвентарем.
10. Бережно относится к имуществу и спортивному инвентарю спортивного зала.
11. Извещать Тренера или Администратора Центра об уважительных причинах отсутствия учащегося на занятиях не позднее, чем за 2 часа до начала занятий.
12. При плохом самочувствии ребенка - Не посещать занятия!
13. В раздевалке и в зале ценные вещи не оставлять. Дети и взрослые сами несут ответственность за свои вещи и ценные предметы!

Я , родитель \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(Ф И ребенка) с правилами ознакомлен и беседу с ребенком провел.

Число\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_подпись\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ФИО\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_