**ПАМЯТКА**

**«Правила поведения на спортивно-игровых площадках на улице**

**во внеурочное время»**

1. Строго выполнять правила проведения спортивных и подвижных игр.

2. Избегать столкновений с соперниками, не допускать грубых приемов, «перемещаясь спиной» смотреть через плечо.

3. Исключить резкое изменение своего движения, если этого не требуют условия игры.

4. Быть внимательным и сосредоточенным при выполнении упражнений, технических приемов и тактических установок.

5. Заниматься в соответствующей форме и обуви.

6.Перед началом занятий обязательно размять мышцы.

7. Заниматься только на исправном спортивном оборудовании, с исправным инвентарем.

8. Использовать спортивное оборудование и инвентарь по прямому назначению.

9. Запрещается производить самостоятельную разборку, сборку и ремонт спортивных снарядов и оборудования.

Посетители спортивной площадки (стадион) обязаны:

1.Заниматься только на исправном спортивном оборудовании.

2.Бережно относиться к имуществу комплекса, соблюдать правила использования спортивного инвентаря и оборудования.

3.Соблюдать чистоту и порядок на территории спортплощадки;

4.Строго соблюдать требования норм безопасности во время нахождения на спортивной площадке.