

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ  
АДМИНИСТРАЦИЯ АЛЕКСАНДРОВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «АЛЕКС-АРЕНА»

**ПРИКАЗ № 8-од**

26 января 2024 г. село Александровское

**Об утверждении Правил посещения физкультурно-оздоровительного комплекса и введении их в действие**

В целях регулирования взаимоотношений между посетителями физкультурно-оздоровительного комплекса и администрацией учреждения

**ПРИКАЗЫВАЮ:**

1. Утвердить Правила посещения физкультурно-оздоровительного комплекса в новой редакции.
2. Ввести в действие Правила посещения физкультурно-оздоровительного комплекса с 26.01.2024 г.
3. Признать утратившими силу Правила посещения физкультурно-оздоровительного комплекса, утвержденные приказом 3-од от 25.01.2021 г.
4. Контроль за исполнением приказа оставляю за собой.

Директор  
МБУ ДО «СПШ Алекс-Арена»



Кононенко И.И.

Утверждены  
приказом директора муниципального  
бюджетного учреждения  
дополнительного образования  
«Спортивная школа «Алекс-Арена»  
от «26» января 2024 г. № 8-од

**Правила посещения муниципального бюджетного учреждения  
дополнительного образования «Спортивная школа «Алекс-Арена»**

**1. Общие положения**

1. Настоящие Правила посещения учреждения (далее – Правила) разработаны в соответствии с законодательством РФ и регулируют отношения между муниципальным бюджетным учреждением дополнительного образования «Спортивная школа «Алекс-Арена» (далее – Спортшкола) и посетителями – гражданами, пользующимися платными и бесплатными услугами учреждения, лицами, сопровождающими детей на занятия, зрителями спортивно-массовых мероприятий и т.д.

2. Настоящие Правила размещаются на информационном стенде Спортшколы, официальном сайте учреждения в сети «Интернет» и являются обязательными для выполнения. Посетители обязаны самостоятельно ознакомиться с Правилами и соблюдать их при посещении Спортшколы.

3. Граждане, являющиеся получателями услуг Спортшколы (далее Занимающиеся), при подписании договора подтверждают, что ознакомлены с Правилами и обязуются их соблюдать.

4. Посетители обязаны соблюдать и поддерживать общественный порядок и общепринятые нормы поведения, вести себя уважительно по отношению к другим посетителям, обслуживающему персоналу, не допускать действий, создающих опасность для окружающих.

5. Не допускаются на территорию Спортшколы лица в состоянии алкогольного и наркотического опьянения.

6. На территории, в зданиях и помещениях Спортшколы, работникам, учащимся и посетителям запрещается:

- производить или допускать действия, которые могли бы стать источником угрозы имуществу, жизни и здоровью лиц, находящихся на территории Спортшколы;
- производить или допускать действия, которые могли бы стать источником препятствий или нарушений в обеспечении безопасности Спортшколы;
- производить или пытаться производить работы связанные с использованием инженерных систем без согласования с администрацией Спортшколы;
- проводить фото-, кино- и видеосъемку без согласования с администрацией Спортшколы;
- совершать действия, нарушающие (изменяющие) установленные режимы функционирования технических средств охраны и пожарной сигнализации;
- производить любой шум посредством переговорных устройств, свиста, пения, либо шум, произведенный каким - либо другим способом;

- производить, складировать в неустановленных местах любые виды мусора и отходов деятельности;
- проводить рекламные акции, выставки, выставки-продажи без согласования с администрацией Спортшколы;
- организовывать митинги, производить сборы пожертвований, осуществлять религиозную и иную пропаганду и агитацию;
- передвигаться по территории на электро-, мототранспорте;
- производить приготовление пищи в необорудованных для этого местах;
- приводить, приносить, держать, выгуливать, а также кормить любые виды животных;
- приносить и использовать в здании и помещениях велосипеды, роликовые коньки, самокаты и иные подобные средства передвижения;
- приносить или использовать пиротехнические изделия;
- приносить, распространять, а также употреблять алкогольные, слабоалкогольные и энергетические напитки, наркотические и психотропные вещества;
- курить табак, курительные смеси, электронные сигареты;
- загромождать основные и запасные выходы, лестницы любыми предметами, которые затрудняют эвакуацию людей.

– распространять информацию, связанную с методиками тренировок, которая может повлечь за собой случаи травматизма.

7. Работникам, учащимся и посетителям запрещается вносить/ввозить на территорию Спортшколы взрывчатые вещества, горючие и легковоспламеняющиеся жидкости и материалы или другие вещества, способные нанести ущерб жизни и здоровью людей.

Проход в здания и на территорию Спортшколы с оружием, в том числе газовым, травматическим и спецсредствами самообороны разрешается только сотрудникам правоохранительных органов, проводящим оперативно-розыскные мероприятия.

8. При посещении физкультурно-оздоровительного комплекса посетители обязаны соблюдать установленный Спортшколой контрольно-пропускной режим.

9. В случае грубого и неоднократного (два раза и более) нарушения посетителем положений настоящих Правил Спортшколы вправе отказать ему в посещении.

## **2. Режим работы физкультурно-оздоровительного комплекса**

1. Физкультурно-оздоровительный комплекс открыт для посещения ежедневно, кроме воскресенья, в течение всего года в соответствии с установленными часами работы.

2. Режим предоставления услуг в физкультурно-оздоровительном комплексе: с 8:00 до 21:30. Вход в физкультурно-оздоровительный комплекс прекращается за 45 мин до времени окончания предоставления услуг.

3. Посетители могут находиться на территории ФОКа только в установленные часы работы и должны покинуть его за 15 минут до закрытия.

4. Спортшкола имеет право изменять часы работы ФОКа и расписание занятий, в том числе в отдельных случаях, регламентируемых действующим законодательством, организовать посещение занятий по предварительной записи. Информация обо всех изменениях в работе ФОКа размещается на информационных стендах ФОКа и стойке администратора не менее чем за три дня до введения изменений.

5. Спортшкола вправе объявлять в течение года нерабочие праздничные и санитарные дни, ограничивать посещение на период проведения текущего или капитального ремонта.

6. За возникновение незапланированных (аварийных, чрезвычайных) ситуаций, ввиду которых посещение ФОКа невозможно или ограничено, Спортшкола ответственности не несет.

### **3. Условия предоставления услуг**

1. В Спортшколе проводятся бесплатные занятия в спортивных секциях с тренером-преподавателем, платные индивидуальные (персональные) или групповые занятия по различным направлениям. Полный перечень услуг размещён на информационном стенде Спортшколы.

2. Получить консультацию по выбору услуги и ознакомиться с порядком её предоставления посетители могут у администратора, инструктора по спорту или тренера-преподавателя.

3. Вход в ФОК осуществляется при предъявлении абонеента, пропуска установленного образца или после фактической оплаты услуг, а также на условиях договоров о сотрудничестве МБУ ДО «СШ Алекс-Арена» с физическими или юридическими лицами, родителями (законными представителями) детей, занимающихся в спортивных секциях.

4. Абонемент выдается после подписания договора на предоставление услуг между Спортшколой и Занимающимся, после оплаты последним этих услуг в полном объеме.

5. Абонемент может быть приобретен в любой рабочий день и действует в течение 30 (тридцати) календарных дней с момента приобретения. При окончании срока действия Абонеента неиспользованные посещения не продлеваются и не возмещаются, кроме случая указанного в п.6.

6. В случае если Занимающийся не смог по уважительным причинам в полном объеме воспользоваться оплаченными услугами, срок действия абонеента может быть продлен по решению администрации Спортшколы, исходя из перерасчета стоимости на разовое посещение, на период не более 30 календарных дней, при наличии следующих документов:

- письменное заявление о продлении абонеента, с указанием причин его несвоевременного использования;
- медицинская справка о периоде болезни, установленной формы;
- иные документы, подтверждающие уважительность причин несвоевременного использования абонеента;
- неиспользованный абонемент.

7. Абонемент является собственностью Спортшколы и не может быть продан или передан другому лицу. В случае утери абонеента его необходимо

восстановить. В случае установления факта передачи абонеента третьему лицу Спортшколы вправе в одностороннем порядке изъять такой абонемент у третьего лица и аннулировать.

8. Занятия в Спортшколе проводятся по расписанию. Администрация Спортшколы имеет право вносить изменения в текущее расписание. Расписание занятий размещено на информационных стендах Спортшколы и стойке администратора.

9. В целях обеспечения безопасности и сохранности имущества в ФОКе осуществляется видеонаблюдение.

10. В целях пропаганды здорового образа жизни и рекламы предоставляемых услуг в Спортшколе во время занятий по согласованию с администрацией может осуществляться фото и видеосъемка.

11. Посетители несут ответственность за порчу оборудования, имущества Спортшколы и обязаны возместить причиненные убытки за счет собственных средств. В случае отказа от возмещения убытков Спортшкола вправе приостановить допуск указанных лиц на территорию до полного возмещения убытков. При этом срок действия договора на оказание платных услуг не приостанавливается.

12. Ответственность за ущерб, причиненный детьми, занимающимися в спортивных секциях, несут их родители (законные представители).

13. Запрещено выносить оборудование и имущество Спортшколы за ее пределы.

14. По истечении срока действия договора, обязанности Спортшколы в части предоставления физкультурно-оздоровительных услуг считаются выполненными, услуги считаются оказанными.

15. Во время проведения спортивных и иных мероприятий зона, предназначенная для тренировок и групповых занятий, может быть ограничена. Информация о таких ограничениях заблаговременно размещается на информационных стендах и стойке администратора.

#### **4. Требования к соблюдению правил общей гигиены**

1. Посетители должны соблюдать правила общей гигиены и поддерживать чистоту во всех помещениях Спортшколы.

2. При входе в ФОК необходимо переобуваться в сменную чистую обувь или надевать на уличную обувь бахилы. На время нахождения в ФОКе уличную обувь необходимо поместить в полиэтиленовый пакет для хранения в шкафчике в раздевалке. Ответственные сотрудники Спортшколы вправе не допустить посетителя на тренировку в уличной обуви.

3. Находиться в верхней одежде в ФОКе разрешается только в зоне стойки администратора и в раздевалках.

4. Для занятий следует переодеться в одежду, соответствующую выбранному направлению, переобуться в закрытую спортивную обувь на шнурках. Верхняя часть туловища должна быть закрыта.

5. Переодевание допускается только в помещениях раздевалок.

## **6. Требования к соблюдению рекомендаций по профилактике новой коронавирусной инфекции.**

1. Установленные настоящим разделом требования действуют в период ограничительных мероприятий, введенных нормативно-правовыми актами органов государственной власти РФ, Ставропольского края или Александровского муниципального округа.
2. В период действия ограничительных мероприятий по предупреждению распространения новой коронавирусной инфекции Спортшкола обеспечивает выполнение требований Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека к работе учреждений физической культуры и спорта.
3. В МБУ ДО «СШ Алекс-Арена» должен быть организован пропускной режим с проведением процедуры регистрации в системе QR-кодов. Посетители обязаны соблюдать пропускной режим и не должны препятствовать ответственным сотрудникам в его обеспечении, в противном случае Посетителю может быть отказано в посещении.
4. При входе в Спортшколу все без исключения посетители должны пройти «входной фильтр» с обязательным проведением термометрии бесконтактным способом.
5. В случае выявления у посетителя повышенной температуры ( $37^{\circ}$  и более) к посещению Спортшколы он не допускается. Результат термометрии заносится в журнал, посетителю рекомендуется обратиться в медицинское учреждение.
6. Посетители должны быть в маске и в перчатках во время всего периода пребывания в Спортшколе за исключением периода тренировки (занятия). При отсутствии у посетителя маски и перчаток ответственные сотрудники Спортшколы вправе отказать ему в посещении.
7. При нахождении и передвижении в помещениях Спортшколы (вестибюль, коридоры, раздевалки и т. д.) посетители должны соблюдать социальную дистанцию не менее 1,5м, ориентируясь на сигнальную разметку.
8. В целях соблюдения социальной дистанции при занятиях в тренажёрном зале Занимающимся следует занимать тренажёры через один и более, следуя указаниям инструктора или ориентируясь по сигнальной разметке.
9. При использовании спортивного инвентаря Занимающиеся должны соблюдать гигиену рук и пользоваться антисептическими средствами.
10. Посетители не должны препятствовать персоналу Спортшколы при проведении мероприятий по профилактической дезинфекции.
11. Посетители обязаны выполнять требования сотрудников Спортшколы, направленные на соблюдение требований Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека к работе учреждений физической культуры и спорта.

## **6. Состояние здоровья и травматизм**

1. К занятиям в Спортшколе допускаются лица, не имеющие противопоказаний к физическим нагрузкам по состоянию здоровья.

Занимающийся лично несет ответственность за достоверность сведений о своем здоровье.

2. Дети допускаются к занятиям в спортивных секциях на основании медицинской справки о состоянии здоровья с отметкой об отсутствии противопоказаний к занятиям определенным видом спорта. Ответственность за достоверность сведений о здоровье ребёнка лежит на его родителях (законных представителях).

3. При посещении первого занятия после болезни ребёнка родитель (законный представитель) должен предоставить тренеру-преподавателю справку от врача.

4. Занимающиеся с признаками респираторных заболеваний (насморк, кашель, повышенная температура и т.п.) к занятиям не допускаются.

5. Запрещается жевать на занятии жевательную резинку во избежание несчастных случаев, связанных с дыхательной функцией организма.

6. Занимающиеся должны понимать, что бывают случаи скрытых проблем со здоровьем, о которых может быть неизвестно им самим. Занимающийся согласен, что в этом случае, инструктор по спорту или тренер-преподаватель не несет ответственность за возможное ухудшение здоровья, которое может быть получено в процессе занятий.

7. За травмы и несчастные случаи, связанные с нарушением посетителями настоящих Правил, а также за травмы, полученные ими от противоправных действий третьих лиц, Спортшкола ответственности не несет.

## **7. Правила пользования раздевалками**

1. При посещении ФОКа Занимающимся предоставляются шкафчики в раздевалке для хранения одежды, обуви и других личных вещей.

2. Посетителям, сопровождающим детей на занятия, зрителями спортивно-массовых мероприятий и т.д. шкафчики в раздевалках не предоставляются.

3. В раздевалке запрещено оставлять свои вещи без присмотра вне шкафчика, а также оставлять свои вещи в шкафчиках после окончания занятий.

4. Занимающимся рекомендуется не приносить с собой на занятия ценные вещи.

5. Спортшкола не несет ответственности за утерянные или оставленные без присмотра вещи, в том числе ювелирные изделия, деньги, телефоны и т.д., на всей территории, включая раздевалки и душевые.

6. После окончания пребывания в Спортшколе занимающийся обязан забрать свои вещи и освободить шкафчик.

7. Забытые в раздевалках и оставленные в шкафчиках вещи изымаются и передаются на ответственное хранение. Все найденные на территории Спортшколы вещи хранятся в течение одного месяца. Если вещи не были востребованы владельцем, они подлежат утилизации.

8. При посещении туалетов в раздевалках необходимо соблюдать общие санитарные и гигиенические требования.

## **8. Правила пользования душевыми**

1. Душевые в раздевалках ФОКа предназначены только для лёгкого эстетического мытья после занятий. Максимальное время пребывания в душе не должно превышать 5-7 мин.

2. В часы наибольшей загруженности душевых Занимающиеся должны соблюдать очередность их посещения и быть взаимно вежливыми.

3. Запрещается приносить в душевые шампуни и моющие средства в стеклянной таре.

4. В душевых запрещается:

- проводить окрашивание волос;
- пользоваться бритвенными принадлежностями;
- проводить процедуры по уходу за кожей (скраб, масла, маски и пр.);
- мыть обувь и стирать вещи.

## **9. Общие правила посещения занятий**

1. Перед началом занятий инструктор по спорту (тренер-преподаватель) обязан провести, а Занимающийся обязан пройти инструктаж по мерам безопасности.

2. Посещение занятий без предварительного инструктажа по мерам безопасности запрещено.

3. Дети, занимающиеся в детской спортивной секции, должны приходить за 15 минут до начала тренировки. Опоздавшие дети к тренировке не допускаются.

4. Детям, занимающимся в детской спортивной секции, передвигаться по территории разрешается только в сопровождении тренера-преподавателя.

5. Наличие спортивной одежды и сменной обуви для посещения занятий в обязательны для всех Занимающихся.

6. На время посещения занятия личные вещи, верхняя одежда и уличная обувь, помещенная в полиэтиленовый пакет, хранятся в шкафчиках в раздевалке.

7. Запрещается:

- находиться в шипованной обуви и в обуви на каблуках в тренажерном и спортивном залах;
- заниматься босиком, в носках, тапочках, сланцах и другой аналогичной обуви за исключением специальных занятий (например, пилатес);
- выходить в сменной спортивной обуви за пределы помещений;
- шуметь, мусорить, бегать, портить инвентарь;
- входить в служебные и прочие технические помещения;
- самостоятельно регулировать инженерно-техническое оборудование;
- присутствие в спортивных залах несовершеннолетних детей при проведении тренировок, групповых занятий для взрослых.

8. Занимающийся не должен использовать неисправное оборудование, при обнаружении неисправности он должен сообщить об этом инструктору по спорту.



9. По окончании занятий Занимающийся должен привести использованное оборудование в исходное положение и вернуть спортивный инвентарь на специально отведенные места.

10. При возникновении во время занятий (тренировки) кровотечения, болей в суставах или мышцах, а также при плохом самочувствии Занимающийся должен прекратить занятие и сообщить об этом инструктору по спорту (тренеру-преподавателю).

11. Посетители должны соблюдать правила пожарной безопасности и при возникновении признаков пожара (появление посторонних запахов, задымлении, возгорании и т.п.) немедленно сообщить об этом инструктору по спорту (тренеру-преподавателю) или администратору и действовать в соответствии с их указаниями.

12. При получении травмы посетители должен незамедлительно сообщить об этом инструктору по спорту (тренеру-преподавателю).

13. При необходимости и возможности посетители должны помочь инструктору по спорту (тренеру-преподавателю) оказать пострадавшему первую медицинскую помощь.

#### **10. Особенности посещения групповых занятий по фитнесу**

1. Групповые занятия проводятся строго по расписанию, поэтому Занимающийся должен приходить заблаговременно, чтобы успеть переодеться.

2. В случае опоздания на занятие на 10 и более минут, инструктор по спорту (тренер-преподаватель) имеет право не допустить опоздавшего к занятию.

3. Администрация Спортшколы оставляет за собой право в одностороннем порядке менять инструктора по спорту групповых программ, заявленного в расписании, в случае его болезни, отпуска или увольнения.

4. Не рекомендуется посещение более двух групповых занятий подряд.

5. Во избежание травм рекомендуется посещать тренировки соответствующие своему уровню подготовки.

6. Консультацию по выбору вида тренировки можно получить у инструктора по спорту (тренера-преподавателя) в свободное от занятий время.

7. В случае отсутствия у Занимающегося достаточного уровня подготовки к выполнению определенных видов занятий инструктор по спорту (тренер-преподаватель) вправе не допустить его к занятиям.

#### **11. Особенности посещения тренажёрного зала**

1. В тренажёрном зале строго запрещается самостоятельное нахождение детей. К занятиям в тренажёрном зале допускаются дети от 14 лет и только в рамках посещения занятий в спортивной секции с тренером-преподавателем. В исключительных случаях по просьбе родителей (законных представителей) несовершеннолетних допускается посещение лицами старше 14 лет занятий в тренажёрном зале совместно с одним из родителей (законных представителей).

2. Самостоятельные занятия в тренажёрном зале разрешены лицам, достигшим возраста 18 лет.

3. Самостоятельные тренировки могут осуществляться в зале, свободном от групповых занятий, указанных в расписании.

4. Если во время тренировок возник вопрос, как пользоваться тем или иным тренажёром, или любой другой вопрос, обращайтесь к дежурному инструктору по спорту зала или администратору.

5. Вход в тренажерный зал разрешен только в закрытой спортивной обуви.

6. Перед началом любой тренировки во избежание травм необходимо провести разминку, обеспечивающую разогревание связок и мышц перед тренировкой.

7. Во избежание получения травм упражнения с максимальными весами в тренажерном зале рекомендуется выполнять с инструктором по спорту или партнером.

8. Перед использованием кардиотренажеров, силовых блочных тренажеров и другого спортивного инвентаря занимающийся должен изучить и строго соблюдать инструкции по их эксплуатации.

9. При разгрузке и подготовке свободных весов необходимо убедиться в устойчивом положении снаряда и позаботиться об обязательном закреплении грифов с помощью специальных приспособлений на стойках. Использование замков при работе со свободными весами обязательно.

10. Во избежание несчастных случаев перед выполнением упражнений убедитесь, что упражнение и амплитуда движения снаряда не причинят никому телесных повреждений или не повредят какое-либо оборудование.

11. Передвигайтесь по залу не торопясь, не заходите в «рабочую зону» других Занимающихся.

12. Все Занимающиеся, которые тренируются без инструктора по спорту (тренера-преподавателя), самостоятельно несут полную ответственность за методики своих тренировок и питания.

13. В тренажерном зале запрещается:

- заниматься с обнаженным торсом;
- поливать себя водой во время выполнения упражнений;
- занимать сидения тренажеров в перерывах между подходами;
- передвигать тренажеры;
- поднимать штангу без использования замков;
- нагружать тренировочные грифы сверх установленных техническими нормами пределов;
- бросать штангу на пол (упражнения, подразумевающие в амплитуде постановку тяжелого веса, необходимо выполнять в строго отведенных местах, которые необходимо согласовывать с дежурным инструктором по спорту (тренером-преподавателем);
- бросать гантели и ударять их одна о другую;
- выполнять упражнения, связанные с риском для жизни, без страховки инструктора по спорту (тренера-преподавателя);
- отвлекать инструктора по спорту (тренера-преподавателя), проводящего персональную тренировку и занимающихся во время выполнения особо опасных упражнений;
- выполнять упражнения на неисправных, непрочных установленных и не надежно закреплённых тренажерах;

- касаться руками или ногами движущихся частей силовых тренажеров.

## **12. Особенности посещения спортивного зала**

1. Входить в спортивный зал, брать инвентарь и выполнять упражнения можно только с разрешения и под руководством инструктора по спорту (тренера-преподавателя).
2. К занятиям допускаются лица в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.
3. Во время проведения занятия (тренировки) Занимающийся должен соблюдать дисциплину, внимательно слушать и выполнять все команды инструктора по спорту (тренера-преподавателя) и избегать столкновения с другими Занимающимися.
4. При выполнении прыжков необходимо приземляться мягко, на носки, пружинисто приседая.
5. Во избежание столкновений исключить резкие остановки во время игры или бега.
6. Производить броски (метание) мячей только с разрешения инструктора (тренера).
7. При проведении занятий по игровым видам спорта Занимающийся должен:
  - снять с себя предметы, которые могут нанести травму ему или другим занимающимся (часы, висячие серьги, цепочки и т.д.);
  - убрать из карманов колющие, режущие и другие посторонние предметы;
  - иметь коротко остриженные ногти;
  - знать и соблюдать правила игры, неукоснительно выполнять команды тренера;
  - при выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы во избежание столкновений.

## **13. Меры безопасности при занятиях на открытых спортивных площадках**

1. Проверьте, что спортивное оборудование надёжно закреплено и находится в исправном состоянии.
2. Для занятий выбирайте спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий. Обувь должна быть на подошве, исключающей скольжение, плотно облегать ногу и не затруднять кровообращение. При сильном ветре, пониженной температуре и повышенной влажности одежда должна соответствовать погодным условиям.
3. Бережно относитесь к спортивному инвентарю и оборудованию, не используйте его не по назначению.
4. Будьте внимательными при перемещениях по стадиону и спортивным площадкам.
5. При получении травмы или ухудшения самочувствия прекратите занятия и обратитесь в медицинский пункт или к сторожу для вызова «скорой помощи».
6. При возникновении пожара немедленно прекратите занятие и покиньте территорию, сообщите о пожаре в пожарную часть по телефонам 101 или 112.