

## **Правила техники безопасности при оказании услуг.**

### **1. ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ И ПОЛОЖЕНИЯ.**

- 1.1. Настоящие Правила являются неотъемлемой частью Договора присоединения № 1-2025 об оказании физкультурно-оздоровительных услуг, далее – Договор, разработаны в соответствии с действующими, на момент опубликования настоящих правил, положениями:
  - пункта 25 правил оказания физкультурно-оздоровительных услуг, утвержденных постановлением Правительства РФ от 30.01.2023 N 129 «Об утверждении Правил оказания физкультурно-оздоровительных услуг»,
  - Приказа Министерства Sports Российской Федерации от «03» декабря 2020 года N 890 «Об утверждении правил вида спорта "чир спорт",
  - Приказа Министерства Sports Российской Федерации от «23» июля 2021 года N 579 «О внесении изменений в правила вида спорта "чир спорт", утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.12.2020 N 890»,
  - Приказа Министерства Sports Российской Федерации от «14» января 2022 года N 17 «О внесении изменения в правила вида спорта "чир спорт", утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 03.12.2020 N 890».
- 1.2. Для целей настоящих Правил используются термины и определения, которые применяются в тексте настоящих Договор и правил оказания услуг (приложение № 1 к договору), имеют именно то значение, которое определено в Договоре. При этом, в настоящих правилах могут быть использованы иные термины, которые прямо не определены условиями Договора, в этом случае толкование терминов и определений производится в соответствии с содержанием и смыслом текста, приведенного в настоящих правилах.
- 1.3. Заказчик обязан самостоятельно ознакомиться с настоящими Правилами до начала пользования услугами Исполнителя. Присоединение Заказчика к Договору присоединения № 1-2025, означает надлежащее ознакомление Заказчика с настоящими правилами.
- 1.4. Заказчик обязуется неукоснительно соблюдать настоящие Правила, а также правила личной гигиены, правила самоконтроля, расписание услуг, установленные правила во время услуг, обеспечивать соответствие своей одежды (формы) условиям оказания услуг, следить за своим психоэмоциональным состоянием или своего ребенка (Получателя услуг).
- 1.5. Основные возможные причины травм: недостаточная общефизическая подготовленность, неудовлетворительное состояние здоровья, недисциплинированность.
- 1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить любому сотруднику Исполнителя о возникшем несчастном случае. При неисправности спортивного инвентаря прекратить получение услуг и сообщить об этом любому сотруднику Исполнителя.
- 1.7. Посещать физкультурно-оздоровительные услуг в удобной спортивной форме и обуви;
- 1.8. Групповые физкультурно-оздоровительные услуги оказываются Исполнителем в соответствии с утвержденным графиком их проведения (оказания).
- 1.9. Запрещается находиться в месте оказания услуг во время оказания персональных физкультурно-оздоровительных услуг;
- 1.10. В отсутствие представителя Исполнителя запрещается пользоваться каким-либо оборудованием или инвентарем;
- 1.11. Исполнитель не несет ответственности, если причиной нанесения вреда здоровью Заказчика и/или Получателя услуг стало нарушение правил посещения или самостоятельный выбор некорректной нагрузки и методики.
- 1.12. Разрешается посещать групповые физкультурно-оздоровительные услуги только в спортивной обуви и спортивной форме, предназначенной для посещаемого вида услуги.
- 1.13. Запрещается посещать активные групповые физкультурно-оздоровительные услуги босиком, в носках, в балетках, в чешках, за исключением случаев, когда это обусловлено требованием Исполнителя.
- 1.14. Запрещается посещать групповые физкультурно-оздоровительные услуги при общем недомогании, пониженном или повышенном давлении, с повышенной температурой тела, при незаживших травмах, обострении любых хронических заболеваний, на голодный желудок.
- 1.15. Запрещается опаздывать на групповые физкультурно-оздоровительные услуги, следует приходить вовремя согласно установленному графику оказания услуг.
- 1.16. Категорически запрещается посещать физкультурно-оздоровительные услуги в нетрезвом состоянии или наркотическом опьянении.
- 1.17. Во время оказания физкультурно-оздоровительных услуг запрещается пользоваться мобильным телефоном, а также использовать жевательную резинку.
- 1.18. Запрещается использовать спортивные снаряды или инвентарь не по назначению.

- 1.19. Необходимо посещать физкультурно-оздоровительные услуги согласно своему уровню физической подготовки.
- 1.20. При опоздании более чем на 15 (пятнадцать) минут, тренер имеет право не допустить Заказчика и/или Получателя услуг к оказанию услуги.
- 1.21. Все крупные украшения, заколки с острыми краями, острые пирсинг - украшения, которые могут причинить вред себе или окружающим, должны быть удалены (сняты) до момента начала оказания услуг.
- 1.22. С учётом повышенной динамики движения и перемещения в спортивном зале, строго запрещается выполнять физические упражнения на расстоянии от окон и зеркал менее чем 1,5 метра.
- 1.23. К оказанию услуг допускаются физические лица (Заказчики), а также несовершеннолетние физические лица (получатели услуг) с письменного согласия их законных представителей (родителей как заказчиков):**
- (А) не имеющие медицинских противопоказаний для занятий спортом, что подтверждается оригиналом медицинского заключения (справки), выданной соответствующей медицинской организацией, которая имеет государственную лицензию или аккредитацию. Требования к содержанию, оформлению и сроках действия медицинских заключений (справок) устанавливаются соответствующими нормативно-правовыми актами Российской Федерации.
  - (Б) по результатам медицинского заключения - отнесенные по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам;
  - (В) прошедшие в установленном порядке инструктаж по мерам безопасности;
  - (Г) имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую правилам оказания физкультурно-оздоровительных услуг по договору;
  - (Д) не имеющие признаков заболевания и в неизменном (трезвом) состоянии;
  - (Е) прибывшие к оказанию (получению) услуг, не позднее чем за 15 (пятнадцать) минут, до начала их оказания.
- 1.24. До начала получения услуг Заказчик обязан ознакомиться со всеми условиями настоящих правил.
- 1.25. Безопасность оказания физкультурно-оздоровительных услуг при выполнении специальных технических элементов регулируется Приказом Министерства Sports Российской Федерации от «03» декабря 2020 года N 890 «Об утверждении правил вида спорта "чир спорт"»

## **2. СПЕЦИАЛЬНЫЕ СВЕДЕНИЯ И ПОЛОЖЕНИЯ.**

- 2.1. Заказчик и/или Получатель услуг должен: иметь коротко стриженные ногти; заходить в спортивный зал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения тренера; бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и не использовать его не по назначению; знать и выполнять настоящую инструкцию.
- 2.2. Спортивные маты должны быть без порывов и укладываться в местах вероятных падений.
- 2.3. Выполняя упражнения потоком (один за другим), Заказчик и/или Получатель услуг должен соблюдать достаточные интервал и дистанцию. Не выполнять сложные элементы без страховки, если нет уверенности в их выполнении.
- 2.4. Заказчик и/или Получатель услуг должен знать и выполнять настоящие инструкции. За несоблюдение мер безопасности Заказчик и/или Получатель услуг может быть не допущен или отстранен от участия.
- 2.5. Заказчик и/или Получатель услуг должен: переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь; снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (серьги, браслеты, часы и т. д.); убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы; под руководством тренера подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия; по команде тренера встать в строй для общего построения. При переноске матов держаться за специальные ручки сбоку по два человека с каждой стороны. При укладке следить, чтобы их поверхность была ровной и не сбивалась в комок, не было зазоров, а также наложения края мата на другой. Вся площадь вокруг спортивного снаряда застилается матами в один слой, а в месте приземления - в два слоя.
- 2.6. Заказчик и/или Получатель услуг должен: каждый раз перед выполнением упражнения следить за правильностью положенного инвентаря; вытирать руки насухо при выполнении заданий; при выполнении прыжков и соскоков приземляться мягко на носки ног, пружинисто приседая; при появлении во время занятия боли, покраснения кожи, и т.д. прекратить занятие и сообщить об этом любому представителю Исполнителя. Выполнять вольные и акробатические упражнения только на матах или в пределах тренировочной зоны в спортивном зале. Перед выполнением упражнения убедиться, что на ковре или матах нет посторонних предметов или других лиц, которые могут помешать выполнить задание. Во время выполнения упражнений не выбегать на ковер, не мешайте другим лицам.
- 2.7. **Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.**  
Заказчик и/или Получатель услуг должен: при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность любого представителя Исполнителя; с помощью представителя Исполнителя оказать травмированному первую медицинскую помощь, обеспечить незамедлительный вызов скорой помощи, а при необходимости доставить его в больницу.  
При возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить любые действия, организованно, под руководством представителя Исполнителя покинуть здание через запасные выходы согласно плану эвакуации.
- 2.8. Требования безопасности по окончании каждой физкультурно-оздоровительной услуги Заказчик и/или Получатель услуг должен: под руководством представителя Исполнителя убрать спортивный инвентарь в места его хранения; организованно покинуть место оказания услуги; переодеться в раздевалке, забрать все свои личные вещи и оставшийся после себя мусор или отходы; вымыть с мылом руки и покинуть здание через установленные выходы.

### **3. Требования пожарной безопасности во время нахождения в спортивном зале.**

- 3.1. Строго выполнять в спортивном зале правила пожарной безопасности согласно инструкции по пожарной безопасности в спортивном зале, установленный противопожарный режим.
- 3.2. Запрещается применять спортивные снаряды, оборудование, электрооборудование, не соответствующие требованиям безопасности труда и пожарной безопасности. Не применять оборудование, провода и кабели с открытыми токоведущими частями.
- 3.3. Не включать демонстрационное оборудование, радиоприемники, телевизоры, магнитофоны, усилители звука в неисправную розетку, во время работы следить, не греется ли электровилка, не нарушена ли целостность электрошнура.
- 3.4. Не использовать неисправные и не сертифицированные удлинители и сетевые фильтры.
- 3.5. Если в спортивном зале или тренерской используется компьютер, не класть на системный блок и монитор различные предметы, бумагу, вещи.
- 3.6. Не оставлять без присмотра работающие электронагревательные приборы, не пользоваться приборами с открытой спиралью.
- 3.7. Все неисправности в электросетях спортзала и электроаппаратуре должны немедленно устраняться.
- 3.8. Не хранить в тренерской или спортивном зале - краски, лаки, другие легковоспламеняющиеся жидкости.
- 3.9. **В спортивном зале во время работы запрещается:**
  - 3.9.1. загромождать выходы из спортивного зала спортивным оборудованием и спортивными снарядами.
  - 3.9.2. оказывать и получать услуги при неисправном электроосвещении (искрение, задымление, чрезмерное нагревание), использовать кабели и провода с поврежденной изоляцией;
  - 3.9.3. оставлять под напряжением электрические провода и кабели с неизолированными концами;
  - 3.9.4. пользоваться поврежденными розетками, рубильниками, выключателями;
  - 3.9.5. завязывать и скручивать провода, а также оттягивать провода и светильники; использовать не сертифицированные удлинители (фильтры); снимать стеклянные колпаки со светильников;
  - 3.9.6. проводить работы при неисправной вентиляции.
- 3.10. Курение, использование спичек, зажигалок, пиротехнических средств в помещении спортивного зала, тренерской, в раздевалках - запрещено.

### **4. Требования пожарной безопасности в аварийных ситуациях**

- 4.1. При обнаружении неисправности в работе электрооборудования, освещения (повышенном его нагревании, искрении, задымлении и т.д.), немедленно отключить источник электропитания, электросеть и сообщить Исполнителю или его представителю.
- 4.2. При коротком замыкании в электрооборудовании и его возгорании немедленно отключить его от электрической сети, экстренно эвакуировать всех присутствующих из спортивного зала в безопасное место. Срочно оповестить о пожаре в пожарную часть по телефону 01, 101, 112 и Исполнителя или его представителю и, по возможности, приступить к ликвидации очага возгорания всеми имеющимися в наличии средствами пожаротушения.
- 4.3. Эвакуацию проводить в соответствии с утвержденным планом, однако, не исключена возможность, что пожаром или дымом некоторые эвакуационные пути будут отрезаны. В этом случае необходимо не допустить пересечения людских потоков.
- 4.4. При передвижении в сильно задымленном помещении спортивного зала следует пригнуться или ползти. В задымленном помещении спортивного зала во избежание потери ориентировки следует перемещаться вдоль стен.
- 4.5. Последним покидает помещение спортзала представитель Исполнителя (тренер), проводящий эвакуацию, и только после того, как лично убедится в отсутствии в нем кого-либо из людей.

### **5. Требования пожарной безопасности по окончании работы в спортивном зале**

- 5.1. Отключить электрические устройства от источника питания.
- 5.2. Привести в порядок спортивный зал, рабочее место в тренерской, убрать спортивное оборудование в шкафы, вынести из помещения мусор.
- 5.3. По окончании занятий в спортивном зале преподаватель физвоспитания должен тщательно осмотреть помещение, устранить выявленные недостатки или сообщить о них начальнику хозяйственного отдела.
- 5.4. Закрыть окна, выключить свет, закрыть спортивный зал, ключ сдать на вахту.

## **6. Заключительные положения.**

- 6.1. В случае возникновения внештатной ситуации, угрозе жизни и здоровью Заказчик обязан сообщить об этом любому представителю Исполнителя и ожидать соответствующих указаний.
- 6.2. При возникновении во время оказания услуг болей в суставах, мышцах конечностей, сильного покраснения кожи, неприятных ощущениях в глазах, возникновения кровотечения, а также при плохом самочувствии и при получении травмы немедленно прекратить получение услуги и незамедлительно сообщить любому представителю Исполнителя об этом, с последующим обращением в ближайший пункт медицинской помощи.
- 6.3. При возникновении чрезвычайной ситуации (появлении посторонних запахов, задымлении, возгорании) немедленно сообщить об этом любому представителю Исполнителя и действовать в соответствии с его указаниями.
- 6.4. При возникновении пожара в месте оказания услуг немедленно прекратить получение услуг, организованно под руководством любого представителя Исполнителя незамедлительно покинуть место оказания услуг только через запасные выходы, согласно плану эвакуации.
- 6.5. В соответствии с пунктом 24 Правил оказания физкультурно-оздоровительных услуг, утвержденных Постановлением Правительства РФ от 30.01.2023 N 129, стороны освобождаются от ответственности за полное или частичное неисполнение обязательств по договору в случае непредвиденных обстоятельств, возникших после его заключения в результате событий чрезвычайного характера (форс-мажорные обстоятельства), которые стороны не могли предвидеть и предотвратить.
- 6.6. В случае отказа Заказчика от ознакомления с настоящими правилами Заказчик самостоятельно несет все риски, связанные с нарушениями техники безопасности.
- 6.7. При несоблюдении настоящих Правил, Исполнитель не несет перед Заказчиком какой-либо материально-правовой ответственности за причиненный вред жизни, здоровью и имуществу Заказчика.

## **7. Реквизиты Исполнителя**

### **Индивидуальный предприниматель Осташева Виктория Александровна,**

Адрес для корреспонденции: Московская область, Щелковский район,

ДП Загорянский, ул. Орджоникидзе, д.34, кв.48

ОГРНИП 317505000039492, ИНН 501850014860,

Расчётный счёт: 40802810101500028267 название банка: ООО "Банк Точка"

БИК: 044525104 Корреспондентский счёт: 30101810745374525104