

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАУК г. Москвы ПКиО

«Перовский»

Е.В. Колесникова

06.07.2022



ПРАВИЛА пользования уличным боксёрским рингом

К занятиям по боксу допускаются лица при условии наличия ответственного лица (организатора) занятий, который расписывается в специальном журнале.

Организатором к занятиям по боксу допускаются лица, прошедшие медицинское освидетельствование и признанные годными к занятиям спортом.

К тренировочным боям допускаются участники, хорошо знающие правила ведения боя и освоившие основные приёмы защиты и правильного нанесения ударов, применяемых в боксе.

Применение защитных боксёрских шлемов при тренировочных боях у боксёров обязательно.

Организатор и участники занятий должны знать и уметь практически оказывать первую доврачебную помощь пострадавшему при несчастном случае при проведении занятий по боксу. При проведении занятий на ринге должна находиться аптечка с набором необходимых медикаментов.

Занимающийся должен переодеваться, надеть на себя спортивную форму и обувь на светлой подошве. Снять с себя предметы, представляющие опасность для себя и других занимающихся (часы, висюльки, серьжки и т.д.). Убрать из карманов спортивной формы, колющиеся и другие посторонние предметы. Бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и использовать его по назначению. Знать и соблюдать правила бокса и правила поведения на боксёрском ринге. Не употреблять на ринге еду, жевательные резинки. С уважением относиться друг к другу. Никогда не использовать на ринге бранные слова или замечания, унижающие чьё-либо достоинство. При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность организатора, инструктора, сотрудников ЧОП или администрацию ГАУК г. Москвы ПКиО «Перовский».

На боксёрском ринге не должно быть посторонних предметов, поверхность ринга должна быть сухой, ринг не должен иметь повреждений.

На ринге не должны находиться посторонние лица, и спортсмены, занимающиеся другими видами спорта.

При проведении занятий по боксу возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при падении на скользком полу;
- травмы в связи с неиспользованием средств защиты;
- травмы при выполнении упражнений без разминки и т.п.

При проведении занятий по боксу в доступе должна быть медицинская аптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить организатору, который сообщает об этом администрации ГАУК г. Москвы ПКЮ «Перовский». При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом организатору или администрации ГАУК г. Москвы ПКЮ «Перовский».

Тренировочные занятия необходимо проводить в спортивной экипировке, соответствующей виду спорта.

Проверить исправность и надёжность установки спортивного инвентаря и оборудования.

Перчатки для занятий должны соответствовать нормам и требованиям.

На занятиях необходимо использовать капу, боксёрскую маску, бинты эластичные.

Перед занятиями необходимо провести разминку для разогрева всех групп мышц.

Запрещается приступать к тренировочному занятию:

- непосредственно после приёма пищи;
- после больших физических нагрузок;
- при общем недомогании и незаживших травмах, не допускающих проведение тренировки.

Обо всех недостатках и неисправностях, обнаруженных при осмотре на месте занятий, доложить организатору для применения мер к их полному устранению.

Производить самостоятельно разборку, сборку и ремонт спортивных снарядов и оборудования.

При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования необходимо прекратить занятия и сообщить об этом организатору. Тренировку продолжать только после устранения неисправностей или замене спортивного инвентаря и оборудования.

При получении травмы участником тренировочного процесса немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом педагогу или администрации ГАУК г. Москвы ПКЮ «Перовский», при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение либо вызвать скорую медицинскую помощь.

Использование обуви с острыми каблуками запрещается.

Строго запрещается находиться на ринге в алкогольном или наркотическом опьянении.

Организатор принимает на себя всю ответственность за жизнь и здоровье участников и зрителей занятий по боксу.