**Утверждаю**



**Президент Федерации СМБ Давыдова М.В.**

**«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 201\_ г.**

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_**

**Правила по технике безопасности на занятиях**

**Современным мечевым боем**

**На занятиях спортсмен обязан:**

**1. Выполнять упражнения и задания под присмотром тренера или инструктора. Не брать и не применять оружие в отсутствие тренера.**

**2. Внимательно слушать и осознанно выполнять инструкции тренера и инструкторов.**

**3. Сообщать тренеру о противопоказаниях к определенным заданиям, если таковые имеются.**

**4. В начале занятия, или по ходу тренировки, сообщать тренеру о плохом самочувствии и не продолжать занятие, почувствовав себя плохо.**

**5. Не перегружаться при выполнении упражнений и заданий тренера.**

**6. Каждое занятие с оружием и другим инвентарем начинать с их осмотра.**

**7. Не пользоваться неисправным оружием.**

**8. Использовать на занятиях с оружием (меч, щит, баклер и т.д.) личные защитные кожаные перчатки.**

**9. Соблюдать зону безопасности при работе с оружием радиусом от 1,5 метров.**

**10. Соблюдать дисциплину, не «беситься», не шуметь.**

**11. Не бросать друг в друга оружием и другими предметами.**

**12. Не бегать по залу, площадке во время занятий, не толкаться, не выхватывать из рук других спортсменов оружие и прочий инвентарь.**

**13. Никогда не спарринговать без защитного снаряжения – щлема, защиты паха, корпуса, рук, ног, перчаток, если только иное не оговорено заданием тренера.**

**14. Внимательно «смотреть куда идете» во время выполнения заданий.**

**15. Не опираться на меч, палку и пр. Особенно, подбородком или животом! Во избежание получения травмы. Не брать навершие меча в рот, не вставлять в шлем сквозь решетку маски.**

**16. Не направлять оружие в лицо другим спортсменам.**

**17. Не проверять защитное снаряжение и другой инвентарь на прочность, не стрелять в упор, не бить со всей силой, не бить посторонними предметами.**

**18. Во время спаррингов не бить противника руками, ногами, навершием оружия. Не применять запрещенных приемов.**

**19. Во время спаррингов не мешать бойцам, не отвлекать их.**

**20. Во время спаррингов сдерживать удар и не бить своих товарищей слишком сильно, если они заведомо слабее или меньше вас по росту или возрасту.**

**21. Не крутить оружием, не спарринговать возле других людей, окон, зеркал, стен.**

**22. Соблюдать меры пожарной безопасности.**

**23. Не тыкать оружием, не метать оружие и другие предметы в осветительные и другие приборы.**

**24. Не трогать оголенных проводов, розеток, электроприборов.**

**25. Не разрушать оборудование спортивного зала, инвентарь, интерьер и стены зала.**

**26. Без разрешения тренера не брать и не поднимать тяжелые предметы (тренажеры, штанги, блины для штанг, гири и пр.)**

**27. Не применять предметы и спортивный инвентарь не по назначению.**

**Для справок: 8-926-915-48-18,**  [**www.FSMB-RF.ru**](http://www.FSMB-RF.ru) [**http://vk.com/federationsmb**](http://vk.com/federationsmb)