

Фамилия, инициалы родителя \_\_\_\_\_

Фамилия, инициалы ребенка \_\_\_\_\_

**ВНУТРЕННИЕ ДОКУМЕНТЫ,  
ПРАВИЛА ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ И ИНЫЕ ДОКУМЕНТЫ  
ДЛЯ ПОДПИСАНИЯ РОДИТЕЛЯМИ ДЕТЕЙ,  
ВЫЕЗЖАЮЩИХ В ЛАГЕРЬ  
(Мелким шрифтом)**

*Уважаемые родители, чтобы ваш ребенок получил наибольшее удовольствие от посещения занятий в детском лагере и оставил после поездки незабываемые впечатления, просим вас подписать данные правила и ознакомить ребенка с данными правилами поведения и собрать в дорогу все необходимое. Инструктор-вожатый, воспитатель, тренер и иные лица, принимающие участие в программе (в том числе дети и их родители) обязаны ознакомиться с данными правилами по технике безопасности и неукоснительно соблюдать их, следить за соблюдением данных правил своими подопечными. При выявлении нарушений и неисправностей - незамедлительно оповещать об этом руководство организации.*

**ПРАВИЛА ПРЕБЫВАНИЯ**

Дети в период пребывания на территории по общеразвивающим программам, а также программам досуга и отдыха (далее Программа) распределяются по отрядам в соответствии с возрастом и уровнем владения техникой. В одном отряде в среднем – 30-40 детей, отряд делится на группы 15-20 детей. В период нахождения на программе (а часто и после программы) старшим товарищем и наставником для ребенка становится педагогический сотрудник.

Инструктор-вожатые организуют общие спортивные и культурно-досуговые мероприятия, проводят занятия по технике владения тем или иным спортом / направлением, проверяют бытовые условия, следят за состоянием здоровья и отвечают за безопасность ребенка. Воспитатели организуют культурно-досуговые мероприятия и следят за общим климатом в группах, следят за состоянием здоровья ребенка. Организатор (куратор) отвечает за правильность составления документов, соблюдение распорядка дня и программы.

К инструктор-вожатым и воспитателям можно обратиться с любым вопросом, который возник у ребенка или родителя.

**Ребенок должен понимать, что он едет в детский коллектив и должен придерживаться правил, установленных в этом коллективе:**

- в местах проведения программ установлен режим дня, и следовательно, время подъема, отбоя, приема пищи, и других необходимых процедур;

- инструктор-вожатый отвечает за безопасность ребенка, поэтому ребенок должен выполнять распоряжения инструктор-вожатого, не должен самостоятельно выходить за территорию или к берегу реки/водоема;

- время и правила купания детских групп определено программой;

- в местах проведения программ не разрешается курение и распитие спиртных напитков (в том числе пива).

**Приезд ребенка считается согласием ребенка и его родителей на выполнение правил, установленных в учреждении.**

Просьба разъяснить детям, что:

- за нарушение правил пребывания и действующего законодательства (воровство, аморальное поведение, самовольные действия, которые могут нанести вред его здоровью или здоровью окружающих, курение, прием алкогольных напитков или наркотиков, и т.п.) ребенок может быть досрочно отчислен и доставлен домой за счет родителей;

- за причиненный ущерб имуществу учреждений ответственность несут родители ребенка. Наиболее сложный период для ребенка – первая неделя пребывания. В этот период ребенок знакомится с новыми друзьями, изучает площадку, адаптируется к климату и привыкает обходиться без родителей. Не беспокойтесь, если ребенок в этот период не будет успевать звонить домой. Ежедневный отчет о программе, о питании, о погоде в местах нахождения, о детях, находящихся в изоляторе, Вы можете ежедневно узнавать на сайте [www.bigfamily.si](http://www.bigfamily.si), социальных сетях и чате смены.

**Общие правила поведения:**

1. Необходимо соблюдать режим дня, общие санитарно-гигиенические нормы (умываться, причесываться, принимать душ, одеваться по погоде и т.д.).

2. Каждый ребенок (подросток) обязан соблюдать все установленные правила, в том числе правила противопожарной безопасности, правила проведения купаний, нахождения на спортивных объектах, экскурсий, автобусных поездок, походов и т.п.

3. Ребенок обязан быть вместе с отрядом. При необходимости отлучиться обязательно разрешение своего вожатого.

4. Выход за территорию допускается только с разрешения куратора смены (или директора) и только в сопровождении куратора персонала.

5. Каждый ребенок (подросток) и сотрудник должен соблюдать чистоту.

6. Нельзя есть незнакомые ягоды, плоды.

7. В случае ухудшения самочувствия необходимо сообщать любому из персонала.

8. Необходимо соблюдать правила поведения в общественных местах - словами, действиями и поведением не мешать окружающим, не оскорблять их эстетическое чувство.

9. Запрещается курить и употреблять спиртные напитки, в том числе пиво.

10. Необходимо бережно относиться к личному имуществу и имуществу учреждения.

11. Поддерживать чистоту комнат в течение всего дня.

**Правила противопожарной безопасности.**

1. Необходимо знать план эвакуации спального корпуса. В случае обнаружения признаков возгорания немедленно покинуть здание и сообщить любому взрослому.

2. Запрещается разводиться огонь в помещениях, на территории учреждения и в походах.

3. Не разрешается пользоваться электроприборами без разрешения вожатого.

4. Курить в период нахождения в учреждении и местах проведения программ запрещено.

5. Легковоспламеняющиеся предметы следует сдать на хранение вожатым.

6. Не разрешается трогать провисающие, торчащие провода. О наличии таких проводов следует сообщить вожатому.

**Правила поведения во время массовых мероприятий.**

1. При проведении массовых мероприятий следует находиться вместе с отрядом. Отойти можно только в сопровождении вожатого.

2. Мероприятия следует посещать в соответствующей одежде и обуви. Если это не предполагается сценарием, нельзя появляться на мероприятиях в купальнике, шлепанцах.

3. При проведении массовых мероприятий на открытых площадках в солнечную погоду наличие головного убора обязательно.

4. Следует соблюдать правила этикета в общественных местах (не шуметь, не толкаться, не свистеть, не топтать ногами).

**КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА БАТУТЕ ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

1.1. Инструктор обязан рассказать данную инструкцию своей группе учеников, показать стойку, научить безопасным методам прыжков, ознакомить детей с информацией о возможных травмах на батуте в случае несоблюдения техники безопасности. За правильность и полноту инструктажа отвечает инструктор. Инструктор обязан подготовить страховочные маты, проверить пружины и целостность всех материалов: стойки, поверхность для прыжков, пружины, защитная сетка и тп. Проверить батут на наличие на нем мусора или иных лишних предметов. Инструктор несет ответственность за исправность оборудования, используемого в процессе прыжков, при условии если он не сообщил руководству о неисправностях, которые были замечены до начала проведения занятий;

1.2. Находиться на батуте разрешается только в присутствии инструктора;

1.3. Посетители обязаны неукоснительно выполнять требования инструкторов, касающиеся вопросов соблюдения техники безопасности и правил посещения батута. При несоблюдении правил техники безопасности и правил посещения батута, инструктор имеет право отстранить посетителя от занятия;

1.4. Инструкторы несут ответственность за несчастные случаи, за жизнь и здоровье в процессе прыжков, за исключением случаев, если травмы были получены при нарушении данных правил. Страхование осуществляется только с помощью присутствующего инструктора.

1.5. Подписанный бланк «Инструкции по технике безопасности» является подтверждением того, что родитель или иное ответственное лицо за несовершеннолетнего участника программы принимает на себя всю полноту ответственности за любые свои действия, совершенные на территории батута;

1.6. Каждый посетитель батута должен быть максимально внимательным к другим ученикам и не предпринимать никаких действий, которые могут привести к угрозе собственной безопасности или безопасности другого ученика. Каждый должен учитывать опасность, которую представляют для него прыгающие люди и падающие сверху предметы и предпринимать все необходимые меры предосторожности;

1.7. О каждом несчастном случае, при котором причинен вред посетителю, необходимо сообщить инструктору. Инструктор обязан сообщить об этом руководству;

1.8. В случае возникновения каких-либо вопросов, неуверенности, сомнений в правильности совершаемых действий посетитель обязан обратиться за разъяснением к инструктору и продолжить занятия на батуте исключительно после наступления полной ясности в своих действиях, которые вызывали сомнения;

1.9. Лица, не достигшие 18-летнего возраста, допускаются к занятиям на батуте в сопровождении совершеннолетнего лица/лиц (вожатых или воспитателей, или иных лиц, отвечающих за жизнь и здоровье несовершеннолетних).

1.10. Инструктор допускает к занятиям только тех посетителей, у которых есть подписанные правила техники безопасности. Лица, не достигшие 18-летнего возраста, допускаются только после письменного согласия одного из родителей на посещение батута без их сопровождения (Данные правила). Подпись в Инструкции по технике безопасности ставит ответственное лицо с указанием полной фамилии, имени и отчества лица, не достигшего 18-летнего возраста;

2.1. Запрещается прыгать людям с отклонениями по состоянию здоровья (нет каких-либо заболеваний, включая, но, не ограничиваясь заболеваниями сердечнососудистой системы, нервной системы, опорно-двигательного аппарата и т.д., которые могут привести к ухудшению здоровья при использовании спортивного оборудования). Данная информация должна быть указана в анкете участника программы, в противном случае это рассматривается как сокрытие информации о состоянии здоровья, администрация и инструкторы не несут ответственности за возможные травмы или отклонения в здоровье;

2.2. Посетители обязаны строго выполнять все правила и рекомендации персонала и инструктора. Самовольные действия запрещены.

2.3. Все острые и режущие предметы (ключи, браслеты, украшения, часы, пирсинг и т.д.) необходимо выложить перед началом занятия на батуте.

2.4. Прыжки на батуте необходимо совершать только в носках или чешках, в одежде следует избегать молний, застежек и другой фурнитуры.

2.5. Перед прыжками на батуте обязательна разминка, а после - заминка.

2.6. Запрещается прыгать с жевательной резинкой во рту.

2.7. На батуте одновременно может находиться только один человек.

2.8. При прыжках следует держать центра батута. Запрещается выполнять упражнения на краю батута.

2.9. Запрещается приземляться, ходить и стоять на обкладке батут.

2.10. Строго запрещено приземляться на батут головой вниз.

2.11. Запрещено спрыгивать с батута на пол, необходимо осторожно спуститься.

2.12. Запрещается сидеть на матах под батутом, тем самым, мешая окружающим заниматься и создавая дополнительно угрозу причинения вреда своему здоровью и здоровью окружающих, находиться друг под другом во время прыжков на батуте;

2.13. Запрещается прыгать со снаряжением и иными вещами, которые могут нарушить баланс, за исключением специального инвентаря для батута который выдается инструктором;

2.14. Несовершеннолетним посетителям запрещается самостоятельно пользоваться батутом, допускается пользование батутом под контролем совершеннолетнего лица/лиц (вожатых или воспитателей, или иных лиц, отвечающих за жизнь и здоровье несовершеннолетних);

- 2.15. Запрещается прикручивать, откручивать или портить составляющие детали катушки;
- 2.16. Запрещено перепрыгивать непосредственно на катушку с иной поверхности или же откуда-то на катушку.

#### **КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ КАТАНИЯ ЗА БУКСИРОВОЧНЫМ УСТРОЙСТВОМ ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

- 1.1. Инструктор и оператор обязан рассказать данную инструкцию своей группе учеников, показать технику вставания, переворачивания, падения, научить безопасным методам передвижения, ознакомить детей с информацией о возможных травмах в случае несоблюдения техники безопасности, ознакомить с жестами общения между катающимися и инструктором/оператором. За правильность и полноту инструктажа отвечает инструктор/оператор, оказывающий услуги. Инструктор и оператор обязан подготовить снаряжение, проверить исправность спортивного инвентаря и используемой техники. Инструктор и оператор несет ответственность за исправность оборудования, используемого в процессе оказания услуг в том случае, если они не сообщили до начала занятия информацию о неисправностях руководству.
- 1.2. Соблюдение техники безопасности при катании является обязательным для всех посетителей пункта катания;
- 1.3. Посетители обязаны неукоснительно выполнять требования инструкторов/операторов, касающиеся вопросов соблюдения техники безопасности и правил посещения пункта катания;
- 1.4. Инструкторы и операторы несут ответственность за несчастные случаи, за жизнь и здоровье в процессе катания. Старт, остановки, смена траектории и иные маневры осуществляются только по командам присутствующего инструктора/оператора.
- 1.5. Подписанный бланк «Инструкции по технике безопасности» является подтверждением того, что посетитель принимает на себя всю полноту ответственности за любые свои действия, совершенные при катании;
- 1.6. Каждый посетитель пункта катания должен быть максимально внимательным к другим ученикам и не предпринимать никаких действий, которые могут привести к угрозе собственной безопасности или безопасности другого ученика. Каждый должен учитывать опасность, которую представляют для него катающиеся с ним люди, и предпринимать все необходимые меры предосторожности самостоятельно, под свою ответственность;
- 1.7. О каждом несчастном случае, при котором причинен вред посетителю, необходимо сообщить инструктору, инструктор должен сообщить руководству;
- 1.8. В случае возникновения каких-либо вопросов, неуверенности, сомнений в правильности совершаемых действий посетитель обязан обратиться за разъяснением к инструктору и продолжить катание исключительно после наступления полной ясности в своих действиях, которые вызывали сомнения;
- 1.9. Лица, не достигшие 18-летнего возраста, допускаются к занятиям в сопровождении совершеннолетнего лица/лиц (вожатых или воспитателей, или иных лиц, отвечающих за жизнь и здоровье несовершеннолетних). Лица, не достигшие 18-летнего возраста, допускаются к занятиям только после подписания данных правила одного из родителей. Подпись в Инструкции по технике безопасности ставит ответственное лицо с указанием полной фамилии, имени и отчества лица, не достигшего 18-летнего возраста;
- 1.10. Необходимо выполнять требования инструкторов, связанные с выполнением техники безопасности во время катания.

#### **КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА СКАЛОДРОМЕ, ВЕРЕВНОЕ ДЕЛО, ВЕРЕВЧНЫЕ ПАРКИ ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

- 1.1. Инструктор/родитель/ответственное лицо обязан рассказать данную инструкцию своей группе учеников/своему ребенку. Инструктор обязан показать правильное завязывание узлов, научить безопасным методам верхней и нижней страховки для лезущего и страхующего. За правильность и полноту инструктажа отвечает инструктор, оказывающий услуги. Инструктор обязан подготовить страховочные маты, стеньги для скалолазания и снаряжение до начала проведения занятий;
- 1.2. Находиться на скалодроме разрешается только в присутствии на территории скалодрома инструктора;
- 1.3. Посетители обязаны неукоснительно выполнять требования инструкторов, касающиеся вопросов соблюдения техники безопасности и правил посещения скалодрома;
- 1.4. Инструкторы несут ответственность за несчастные случаи, за жизнь и здоровье в процессе лазания, за исключением тех случаев, когда они заблаговременно до начала занятия сообщили о всех неисправностях руководству. Страхование осуществляется только с помощью присутствующего инструктора.
- 1.5. Подписанный бланк «Инструкции по технике безопасности» является подтверждением того, что родитель или иное ответственное лицо за несовершеннолетнего участника программы принимает на себя всю полноту ответственности за любые свои действия, совершенные на территории скалодрома;
- 1.6. Лазать на скалодроме возможно только при обеспечении страховки (при лазании в боулдеринговом зале возможно использование только матов и шлема), верхней (только на плоскостях предназначенных для этого и оборудованных соответствующими точками страховки) и нижней (на плоскостях оборудованных точками для нижней страховки);
- 1.7. Каждый посетитель скалодрома должен быть максимально внимательным к другим ученикам и не предпринимать никаких действий, которые могут привести к угрозе собственной безопасности или безопасности другого ученика. Каждый должен учитывать опасность, которую представляют для него лазающие люди и падающие сверху предметы и предпринимать все необходимые меры предосторожности;
- 1.8. О каждом несчастном случае, при котором причинен вред посетителю, необходимо сообщить инструктору. Инструктор сообщает руководству;
- 1.9. В случае возникновения каких-либо вопросов, неуверенности, сомнений в правильности совершаемых действий посетитель обязан обратиться за разъяснением к инструктору и продолжить занятия на скалодроме исключительно после наступления полной ясности в своих действиях, которые вызывали сомнения;
- 1.10. Лица, не достигшие 18-летнего возраста, допускаются к занятиям на скалодроме в сопровождении совершеннолетнего лица/лиц (вожатых или воспитателей, или иных лиц, отвечающих за жизнь и здоровье несовершеннолетних) только после подписания данных правил одного из родителей на посещение скалодрома без их сопровождения. Подпись в Инструкции по технике безопасности ставит ответственное лицо с указанием полной фамилии, имени и отчества лица, не достигшего 18-летнего возраста;
- 2.1. Запрещается сидеть на матах под лазательными стенами, тем самым, мешая окружающим заниматься и создавая дополнительно угрозу причинения вреда своему здоровью и здоровью окружающих, находиться друг под другом во время лазания;
- 2.2. Запрещается братья руками и наступать на страховочные проушины;
- 2.3. Запрещается лазать с кольцами на пальцах рук, кистях и другими украшениями, которые могли бы зацепиться за элементы скалодрома, снаряжение, создать предпосылки к несчастному случаю, нанести травму посетителю и окружающим;
- 2.4. Запрещается лазать и осуществлять страховку с длинными распущенными волосами;
- 2.5. Запрещается лазать со снаряжением и иными вещами, которые при подъеме на стену могли бы упасть вниз;
- 2.6. Запрещается разговаривать по телефону или иным образом отвлекаться или отвлекать во время страховки инструктора, напарника или скалолаза;
- 2.7. Запрещается жевать жевательную резинку во время лазания;
- 2.8. В зонах сильного нависания категорически запрещается лазание с верхней страховкой;
- 2.9. Запрещается подниматься без страховки на высоту более чем 2 метра от земли по уровню рук;
- 2.10. Запрещается находиться под лезущим человеком с верхней или нижней страховкой;
- 2.11. Несовершеннолетним посетителям запрещается самостоятельно пользоваться страховочным устройством и страховать человека: допускается страховка под контролем инструктора.
- 2.12. Запрещено находиться и, в частности, лазать на секторах обозначенных знаком «закрыто».
- 2.13. Запрещается залезать и находиться на сооружении скалодрома и за (в) сооружением скалодрома.
- 2.14. Запрещается прикручивать, откручивать или менять положение зацепок или рельефов на стенах.
- 2.15. Запрещается лазить на скалодроме без сменной обуви.
- 3.1. Нельзя занимать страховочную дорожку, которая уже занята;
- 3.2. Скалолаз обязан проследить за тем, чтобы используемое им снаряжение не падало вниз.
- 3.3. Занятие в боулдеринговом зале и слэклайном (хождение по стропе, ленте), происходит исключительно под присмотром инструктора или другого ответственного лица;
- 3.4. Боулдеринг (лазание без веревок) допускается только в специально отведенных для боулдеринга;
- 3.5. Запрещается умышленно осуществлять опасное для своего и здоровья окружающих лиц спрыгивание со скалодрома на страховочный мат;
- 3.6. Не осуществлять лазание с гимнастической страховкой при одетой страховочной беседке особенно если сбоку пристегнуто страховочное устройство или карабин;
- 3.7. Не располагать переносные маты таким образом, при котором они могут стать причиной травм, как личного характера, так и других занимающихся;
- 3.8. Не стоять и не сидеть под лезущим человеком, не лазать над людьми находящимися под собой;
- 3.9. Запрещается нахождение детей в боулдеринговом зале без присмотра совершеннолетних лиц.

#### **КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА СПЛАВЕ И САПАХ ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

- 1.1. Инструктор и родитель обязан рассказать данную инструкцию своей группе учеников/своему ребенку, показать технику гребли, научить безопасным методам передвижения, ознакомить детей с информацией о возможных травмах на сплаве в случае несоблюдения техники безопасности. За правильность и полноту инструктажа отвечает инструктор, оказывающий услуги. Инструктор обязан подготовить снаряжение, проверить надувные камеры и каркасы на целостность. Инструктор несет ответственность за исправность оборудования, используемого в процессе проведения мероприятий, за исключением случаев когда он сообщил руководству о неисправностях до начала занятий;
- 1.2. Находиться на программе разрешается только в присутствии инструктора;
- 1.3. Посетители обязаны неукоснительно выполнять требования инструкторов, касающиеся вопросов соблюдения техники безопасности и правил посещения программы;
- 1.4. Инструкторы несут ответственность за несчастные случаи, за жизнь и здоровье в процессе проведения программы. Движение судов, смена траектории и остановки осуществляются только по командам присутствующего инструктора.
- 1.5. Подписанный бланк «Инструкции по технике безопасности» является подтверждением того, что посетитель принимает на себя всю полноту ответственности за любые свои действия, совершенные на программе;
- 1.6. Каждый посетитель программы должен быть максимально внимательным к другим ученикам и не предпринимать никаких действий, которые могут привести к угрозе собственной безопасности или безопасности другого ученика.
- 1.7. О каждом несчастном случае, при котором причинен вред посетителю, необходимо сообщить инструктору;
- 1.8. Используйте правильные голосовые команды для координации действий с другими членами экипажа и инструктором;
- 1.9. Запрещено участие в программе в плеере и других устройствах. А также разговор по сотовому телефону во время программы;
- 1.10. В случае возникновения каких-либо вопросов, неуверенности, сомнений в правильности совершаемых действий посетитель обязан обратиться за разъяснением к инструктору и продолжить участие в программе исключительно после наступления полной ясности в своих действиях, которые вызывали сомнения;
- 1.11. Лица, не достигшие 18-летнего возраста, допускаются к занятиям в сопровождении совершеннолетнего лица/лиц (вожатых или воспитателей, или иных лиц, отвечающих за жизнь и здоровье несовершеннолетних) только после подписания данных правил и письменного согласия одного из родителей на посещение программы без их сопровождения. Подпись в Инструкции по технике безопасности ставит ответственное лицо с указанием полной фамилии, имени и отчества лица, не достигшего 18-летнего возраста. К самостоятельному участию в водном путешествии допускаются участники не моложе 14 лет. Дети 5-13 лет допускаются к сплаву только в сопровождении взрослых, умеющих плавать;
- 1.12. По окончании сплава вернуть инструктору полученное им оборудование в целости и сохранности. В случае порчи или утери имущества возместить полную стоимость;
- 1.13. Поставить в известность инструктора: об отсутствии кого-либо из участников программы, об укусе клещом и признаках заболевания, при получении травмы или болезни, об угрозе безопасности участникам программы;
- 1.14. После пребывания на берегу осмотреть себя на предмет клещей;
- 1.15. Купаться необходимо в обуви;
- 2.1. Необходимо надеть спасательный жилет. Жилет необходимо подобрать по своему размеру, жилет одевается на одежду;
- 2.2. Запрещается употребление в пищу плодов, грибов и ягод;
- 2.3. Перед началом маршрута внимательно прослушайте программу действий и узнайте, что вы будете делать на судне. Участники программы получают информацию о характере водоема и возможных препятствиях на ней;
- 2.4. Запрещается входить в воду без команды инструктора, бегать, толкаться и баловаться;
- 2.5. Каждому участнику необходимо запомнить своего инструктора. Весь экипаж постоянно находится на судне и покидает его только по команде инструктора.

- 2.6. Запрещается заходить в воду без спасательного жилета.
- 3.1. Во время движения находиться в спасательном жилете;
- 3.2. Запрещается находиться в воде во время движения плота, прыгать в воду во время движения плота, опускать ноги в воду во время движения плота, бросать в воду мусор и бытовые отходы, покидать поле зрения участников программы без предупреждения инструктора;
- 3.3. Запрещено сидеть на средстве, держать ноги в воде, в воде могут быть коряги, камни;
- 3.4. Запрещено отлучаться из поля зрения инструктора и всей группы без ведома инструкторов;
- 3.5. В солнечную погоду находиться на катамаране без головного убора нельзя. Очень легко получить солнечный удар и ожоги, что испортит весь дальнейший отдых. Также лучше закрыть от прямого воздействия солнца колени и плечи. Очень удобно сплавляться в легкой рубашке, а на колени положить полотенце;
- 3.6. Вход в воду и выход из воды происходит совместно с инструктором и строго по его команде. Запрещено выходить с плавательного средства до полной его остановки;
- 3.7. Запрещается прыгать в воду с судна без команды инструктора, вывешиваться за борт судна, вставать и пересаживаться во время движения, снимать и расстегивать спасательный жилет и каску, баловаться и драться, переходить с одного судна на другое;
- 3.8. Не принимать самостоятельно никаких лекарственных средств; если есть жалоба на самочувствие немедленно обратиться к врачу или инструктору;
- 3.9. Не пить воду из водоёмов, узнать у инструктора, где находится ёмкость с водой для питья;
- 3.10. Запрещено сталкиваться и бортоваться суднами, во избежание травмирования участников и повреждения плавательных средств.

#### **КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА РОЛИКАХ, ЛОНГБОРДАХ, САМОКАТАХ, ВЕЛОСИПЕДАХ, КОНЬКАХ, БЕГОВЫХ ЛЫЖАХ ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТЕГЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

- 1.1. Все занимающиеся на роликах, скейборде, лонгборде, самокатах и велосипедах, коньках и беговых лыжах (далее занимающиеся) обязаны ознакомиться с настоящими правилами техники безопасности, пройти инструктаж при первом посещении и расписаться в журнале регистрации инструктажа;
- 1.2. Кататься только в застегнутом шлеме и в защите: наколенники, наикитники, налокотники. За катание без шлема или в растегнутом шлеме и без защиты спортсмен удаляется с занятий;
- 1.3. Бережно относиться к сооружению, оборудованию и снаряжению;
- 1.4. Кататься только в зоне, отведенной для катания;
- 1.5. Выполнять все требования инструктора;
- 1.6. По окончании своей тренировки сдать арендуемое снаряжение (шлем и другое защитное оборудование).
- 2.1. Начинать занятия можно только в присутствии тренера, инструктора;
- 2.2. Проводить тренировочный процесс могут только тренеры - инструкторы. Проведение тренировок людьми, не являющимися тренерами возможно только с письменного разрешения администрации;
- 2.3. Соизмеряйте свои физические возможности и уровень вашего катания с тем, что Вы пытаетесь делать. Если вы только начинаете экстрим-катание (начинающий спортсмен) рекомендуем обязательно заниматься с инструктором, в противном случае можно получить травму;
- 2.4. Обращайте внимание на других спортсменов, соблюдайте очередность катания и правильно определяйте направление движения и поворотов, чтобы избежать столкновения;
- 2.5. Не сидите на гранях, квотерах и других сооружениях предназначенных для катания. Не сидите на поручнях безопасности не оставляйте (даже ненадолго), особенно в зоне непосредственного катания, свои скейтборды, велосипеды, самокаты, ролики, а также защитное оборудование (шлемы, налокотники, наколенники и тп) - это будет мешать другим спортсменам и может привести к травмам;
- 2.6. Если вы нарушили одно из правил, приведенных выше, извинитесь перед спортсменом, которому помешали на территории катания, запрещается самостоятельное захождение на территорию занятий и иные места где проводятся занятия;
- 2.7. При получении травмы любой степени тяжести строго запрещается покидание места занятия без осмотра инструктора и врача. Врач постоянно находится на территории, вызвать его может любой сотрудник;
- 2.8. Не переоценивайте свои способности. Если ты никогда не пробовал трюк прежде, отнесись спокойно к тому факту, что тебе потребуются несколько попыток для его выполнения. Не торопитесь. Научитесь оценивать свои реальные способности, не гонитесь за другими, осваивайте вид спорта в своем темпе;
- 2.9. Не учись кататься через усталость и боль. Если вы устали, устройте себе перерыв! Большая часть травм случаются из-за усталости;
- 2.10. Не делайте ничего глупого. Это - хорошее правило не только при катании, но и в жизни! Некоторая глупость может показаться забавной, но лучше всего научиться предусматривать свои действия, которые могут привести к травме.

#### **ОБЩАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ СРЕЛЬБЕ ИЗ ЛУКА, ДУХОВЫХ ТРУБОК И ПНЕВМАТИКИ (ДАЛЕЕ - СРЕЛЬБА) ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТЕГЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

- 1.1. Настоящие правила техники безопасности обязательны для соблюдения (выполнения) всеми лицами, организующими и принимающими участие в тренировках и соревнованиях по стрельбе.
- 1.2. Соблюдение правил техники безопасности является основной гарантией от несчастных случаев, обеспечивает установленный порядок во время занятий стрельбой, способствует достижению высоких результатов.
- 1.3. Тренеры, инструкторы, руководители стрельбы, несут ответственность за жизнь и здоровье детей, при выполнении тренировочных программ.
- 1.4. Ответственность за организацию стрельбы, за порядок в тире, подготовку тира к стрельбе, возлагается на лиц, уполномоченных проводить занятия.
- 1.5. Лица, допущенные к самостоятельным занятиям, по индивидуальному графику, несут личную ответственность за соблюдение настоящих правил.
- 1.6. Спортсмены и тренеры обязаны выполнять правила техники безопасности и требовать их выполнения от других участников тренировочного процесса.
- 1.7. К стрельбе допускаются только лица, прошедшие инструктаж по технике безопасности.
- 1.8. Обязательным для детей, является предоставление медицинской справки об отсутствии противопоказаний для занятий стрельбой с визой врача или отметкой медицинского работника из школы.
- 1.9. При несчастном случае, произошедшем во время стрельбы, следует оказать пострадавшему медицинскую помощь, при необходимости вызвать врача, поставить в известность руководство.
- 1.9.1. Стрелки, зрители, не выполняющие требования правил техники безопасности, игнорирующие замечания тренера, инструктора, подлежат немедленному удалению со стрельбища или из тира.
2. Во время занятий стрельбой категорически запрещается:
  - 2.1. Пользоваться оружием, спортивным инвентарем без разрешения тренера/инструктора.
  - 2.2. Начинать стрельбу без разрешения тренера, или руководителя стрельбы. (Руководитель стрельбы назначается инструктором/тренером, из состава лиц допущенных к индивидуальным занятиям).
  - 2.3. Стрелять из неисправного оружия.
  - 2.4. Стрелять сзади или спереди от стреляющего. Стрельба разрешена, только с рубежа обозначенного линией или флажком.
  - 2.5. Производить выстрел вертикально вверх, вниз, в сторону от направления стрельбы (от щитов).
  - 2.6. В процессе стрельбы, поднимать с пола упавшую стрелу.
  - 2.7. Выносить с рубежа, переносить заряженное оружие.
  - 2.8. Направлять оружие, в каком бы состоянии оно не находилось: не заряженное, неисправное, разобранное, в сторону людей (человека).
  - 2.9. Игнорировать команды и указания тренера, руководителя стрельбы.
  - 2.10. Находиться на стрельбище или в тире в нетрезвом состоянии. Употреблять в тире алкогольные напитки. Стрелять в нетрезвом виде.
  - 2.11. Передавать оружие, спортивный инвентарь для стрельбы другим лицам без уведомления и (или) разрешения тренера или инструктора.
  - 2.12. Использовать инвентарь как спортивный тренажер.
  - 2.13. Нахождение во время стрельбы посторонних лиц и стрелков закончивших стрельбу на: рубеже, в зоне безопасности, на линии стрельбы.
  - 2.14. Стрельба в один щит более двумя стрелками одновременно.
  - 2.15. Присоединять к инвентарю дополнительные аксессуары (предметы) и использовать их при стрельбе.
  - 2.16. Шуметь, отвлекать стреляющих, неадекватно вести себя.
3. Правила поведения в тире. Обязанности стрелка.
  - 3.1. Подход к мишеням разрешается только по окончании стрельбы всеми стрелками, по команде тренера или руководителя стрельбы.
  - 3.2. Стрелок, обязан проверять техническое состояние инвентаря, перед началом каждой тренировки, и (или) стрельбы.
  - 3.3. Перемещаться по тире, стрельбищу только шагом.
  - 3.4. В процессе стрельбы, стрелок обязан следить за техническим состоянием оружия и спортивного инвентаря, и незамедлительно сообщать, обо всех недостатках и неисправностях, тренеру или инструктору.
  - 3.5. При извлечении стрел из щита, стрелок обязан убедиться в отсутствии возможности нанесения травмы стрелой, людям, находящимся рядом с ним.
  - 3.6. При возникновении плохого самочувствия, получении травмы, необходимо прекратить занятия и поставить в известность тренера или инструктора.

#### **КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПОЛЬЗОВАНИЯ КАНАТНОЙ ДОРОГОЙ ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТЕГЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

- Перед посадкой на кресельную канатную дорогу (ККД) каждый обязан ознакомиться с настоящими правилами. Лицам, имеющим медицинские противопоказания (нарушение ЦНС, боязнь высоты и другие) администрация центра рекомендует воздержаться от поездки.
- Посадка на канатную дорогу разрешается только в указанном месте (на нижней приводной станции) в присутствии дежурного оператора следуя его командам. Единовременно (при одном считывании с магнитной карты) через турникет разрешено проходить только одному пассажиру.
- В целях обеспечения безопасности при подъеме пассажир обязан: - держать лыжные палки в одной руке, предвзяательно сняв темляки, а сноубордистам освободить одну ногу от крепления.
- Сходить с кресельной канатной дороги разрешается только на верхней обводной станции, предвзятельно подняв защитную рамку в указанном месте, энергично оттолкнувшись от кресла сойти на площадку. Круговое движение пассажиров вокруг обводного колеса запрещено.
- На учебном склоне, при спуске необходимо подтянуть бугель, отпустить бугель и освободить линию подъема. При падении на учебном бугельном подъемнике, необходимо незамедлительно освободить линию подъема.
- Транспортировка детей ростом ниже 130 см на кресельной канатной дороге производится только в сопровождении взрослых. Сопровождающее лицо должно быть в состоянии готовности в любую минуту оказать необходимую помощь подопытному с ним ребенку.
- Для транспортировки детей группам необходимо получить разрешение у начальника канатной дороги.
- При остановке кресельной канатной дороги не паниковать и следовать командам обслуживающего персонала, передаваемым по громкой связи. Во время проведения операции по эвакуации пассажиров с канатной дороги строго выполнять требования спасателей, проявляя при этом выдержку и терпение.
- При остановке бугельного подъемника на учебном склоне, освободить бугель и отойти с линии подъема.
- На кресельной канатной дороге во время движения запрещено: - раскачивать кресло; - открывать защитную рамку; - спрыгивать с кресла вниз;
- курить, распивать спиртные напитки, бросать какие либо предметы и спортивное оборудование;
- портить любыми способами кресло;
- К лицам, которые нарушают данные правила, создавая таким образом неудобства и опасность для других пассажиров, применяются следующие меры: предупреждения, аннулирование карты на подъемник, ограничение доступа к услугам.
- При занятии с инструктором, клиент должен выполнять все инструкции и правила. Травмы, полученные при несоблюдении правил и инструкций освобождает центр и инструктора от ответственности.

#### **КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА ГОРНОЛЫЖНЫХ СКЛОНАХ ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТЕГЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

1. Безукоризненно следовать указаниям инструктора. Выполнять задания и упражнения, данные инструктором. Кататься без сопровождения инструктора ЗАПРЕЩЕНО.
2. Следовать правилам безопасности на склоне: - Действия любого лыжника или сноубордиста на склоне не должны подвергать опасности жизнь и здоровье других людей. Лыжник (сноубордист) ответственен не только за свое поведение, но и за исправность своего снаряжения. - Каждый должен кататься в соответствии со своими возможностями, крутизной и подготовленностью склона, погодными условиями, лыжник должен ехать медленно на границе крутого склона, в нижней части трассы и в области около подъемников. - При обгоне двигающихся медленно или неподвижных,

предоставлять обгоняемому, достаточно места для любого маневра. - Перед началом движения, при пересечении склона, осмотреть трассу сверху и внизу для безопасного спуска. При столкновении виноват тот кто был выше по склону. - Без крайней необходимости не останавливаться в трудно проходимых для других лыжников (сноубордистов) местах. При падении в центре склона, на перепаде (по возможности) сразу же покинуть это место. - Обязательно выполнение правил имеющих разметки, указателей и знаков безопасности. - При возникновении несчастных случаев каждый посетитель ГЛЦ горнолыжник (сноубордист) должен оказывать помощь потерпевшему в рамках своей компетенции и возможностей, и срочно сообщить соответствующей службе, место происшествия отгородить (папками) выше по склону. Все лыжники (сноубордисты), а также свидетели, вне зависимости от участия в инциденте, должны быть готовы сообщить требуемую информацию соответствующим службам, сотрудникам. - ЗАПРЕЩЕНО катание без защитного шлема. - Катание в сноу-парке только по специальному разрешению в шлеме, после инструктажа у инструктора. ЗАПРЕЩЕНО: Подъем и спуск по склону, нахождение в зонах выката без лыж , кроме случаев необходимости (травма, разрушение инвентаря, помощь другому); Катание в зонах проведения соревнований, в неподготовленных и несанкционированных зонах; Катание на снежокатах, санях, санках, беговых лыжах, лежанках, сноускейтах, велосипедах, мотоциклах или других приспособлениях в зонах горнолыжных трасс или сноуборд-парке; Пересекать линию подъема буксировочной канатной дороги, залезать на опоры БКД, портить оборудование и сетки ограждения; Самостоятельно строить трамплины на горнолыжном склоне и сноуборд-парке, устанавливать без санкции слаломные штанги. Правила поведения на учебном склоне: 1. Подъем по краю склона. 2. Катание только в сопровождении инструктором.

## **КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ В ПОХОДАХ И ВЫЕЗДНЫХ МЕРОПРИЯТИЯХ ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

1. К прогулкам, туристическим походам, экскурсиям допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.
2. Опасные факторы: - изменение установленного маршрута движения, самовольное оставление места расположения группы; - травмирование ног при неадекватном подборе обуви, передвижении без соответствующей обуви, сотрудникам. - ЗАПРЕЩЕНО катание без защитного шлема. - Катание в сноу-парке только по специальному разрешению в шлеме, после инструктажа у инструктора. ЗАПРЕЩЕНО: Подъем и спуск по склону, нахождение в зонах выката без лыж , кроме случаев необходимости (травма, разрушение инвентаря, помощь другому); Катание в зонах проведения соревнований, в неподготовленных и несанкционированных зонах; Катание на снежокатах, санях, санках, беговых лыжах, лежанках, сноускейтах, велосипедах, мотоциклах или других приспособлениях в зонах горнолыжных трасс или сноуборд-парке; Пересекать линию подъема буксировочной канатной дороги, залезать на опоры БКД, портить оборудование и сетки ограждения; Самостоятельно строить трамплины на горнолыжном склоне и сноуборд-парке, устанавливать без санкции слаломные штанги. Правила поведения на учебном склоне: 1. Подъем по краю склона. 2. Катание только в сопровождении инструктором.
- 3.1. Соблюдать дисциплину, выполнять все указания руководителя и его заместителя, не изменять установленный маршрут движения и место расположения группы.
- 3.2. Общая продолжительность прогулки не превышает 14 часов, а туристического похода, экскурсии, экспедиции не должна превышать для учеников 1-2 классов - 1 дня, 3-4 классов - 3 дней, 5-6 классов - 18 дней, 7-9 классов - 24 дней, 10-11 классов - 30 дней.
- 3.3. Во время привалов во избежание ожогов и лесных пожаров не разводить костры.
- 3.4. Не пробовать на вкус растения, плоды и грибы.
- 3.5. Не трогать руками животных, пресмыкающихся, насекомых, а также колючие растения и кустарники.
- 3.6. При ходьбе не снимать обувь и не ходить босиком.
- 3.7. Не пить воду из открытых непроверенных источников, использовать для этого питьевую воду из фляжки, взятой с собой, или кипяченую воду.
- 3.8. Бережно относиться к природе, памятникам истории и культуре.
- 3.9. Уважать местные традиции и обычаи.
- 3.10. Соблюдать правила личной гигиены, своевременно информировать руководителей группы об ухудшении здоровья или травмировании.
- 3.11. Немедленно оказывать помощь членам своей группы, а также всем другим людям, терпящим бедствие в районе работы группы.
- 3.12. Соблюдать правила техники безопасности и правила эксплуатации приборов и оборудования, используемых выездной группой, а также Правила пожарной безопасности.
- 3.13. Все выходы участников выездного мероприятия с места проживания допускаются только с разрешения руководства и в сопровождении взрослых участников или в составе групп со специально назначенным старшим из числа участников.
- 3.14. Запрещается неорганизованное передвижение по опасным участкам рельефа, спуски в пещеры, самовольные купания.
- 3.15. Во время контактов с местным населением необходимо быть вежливым и доброжелательным, не поддаваться на провокации, немедленно обращаться за помощью к руководителям или к окружающим в случае хулиганских выходок в отношении участников выездного мероприятия или их имущества.
4. Правила поведения на пешеходных маршрутах.
  - 4.1. Во время передвижения группы необходимо двигаться компактно, по имеющимся тропам и дорогам. Обязательно назначение в группе направляющего и замыкающего.
  - 4.2. Движение вдоль шоссе дорог допускается только по обочине, навстречу движению транспорта. Выход на проезжую часть и движение правее руководителя или направляющего, а также движение вне группы запрещается.
  - 4.3. Неорганизованное движение по опасным участкам рельефа (болота, брод), а также приближение к обрывам запрещается.
  - 4.4. Запрещается бросать вниз с обрывов камни и иные предметы.
  - 4.5. Каждый участник должен принять меры против укусов кровососущих насекомых (комаров, клещей и др.)
  - 4.6. В случае отставания участников от группы необходимо организовать самостоятельные поиски в течение 3-5 часов, а в случае обнаружения потерявшихся - привлечь к поиску соответствующие службы и полицию.
  - 4.7. В случае встречи со змеями или дикими животными не делать резких движений и попытаться выйти из поля их видимости.
  - 4.8. При прохождении висячих мостов обязательно соблюдать дистанцию, указанную руководителем, запрещается раскачивание висячего моста.
  - 4.9. В населенных пунктах, а также при переходе проезжей части необходимо соблюдать Правила дорожного движения.
  - 4.10. В случае получения травмы оказать себе или участникам выездного мероприятия первую медицинскую помощь и в случае необходимости доставить пострадавшего в медицинское учреждение.
  - 4.11. Плавание запрещено.
  - 4.12. Использование плавсредств для передвижения или выполнения специальных экспедиционных работ допускается только в светлое время суток, при отсутствии ветра и атмосферных осадков.
  - 4.13. В случае ухудшения погодных условий необходимо обеспечить возвращение плавсредства на базу или пристать к ближайшему берегу.
  - 4.14. Купание с плавсредства, а также игры при нахождении на плавсредстве запрещаются.
5. Правила поведения на привалах и бивуаках.
  - 5.1. Обустройство привала должно осуществляться по правилам, с учетом места организации стоянки.
  - 5.2. Необходимо быть осторожным при обращении с колющими и режущими предметами, а также с кипятком.
  - 5.3. Запрещается мыть посуду в водоеме. 5.4. В темное время суток следует быть осторожным при движении по лесу (возможно повреждение глаз).
  - 5.5. Запрещается пользоваться открытым огнем и свечками в палатках.
  - 5.6. Не брать на пути опасные предметы, а в случае нахождения их сразу сообщать руководителю.
  - 5.7. Нельзя уходить из группы, не получив на это разрешения.
  - 5.8. Не приближаться к агрессивно настроенным группам людей, а стараться обойти их стороной.
  - 5.9. Ни в коем случае не поддаваться панике, постараться оценить обстановку и принять правильное решение.
  - 5.10. Не принимать личных решений при обнаружении взрывоопасных предметов.
  - 5.11. Помнить, что в любой местности России экстренными службами помощи являются: 112.
  - 5.12. Кроме этого существует служба МЧС (уточнить все позывные перед выездом.)
  - 5.13. В случае грубого нарушения воспитанниками требований Инструкции по технике безопасности и правил поведения отправить их с сопровождающим в автобус или на территорию проживания участников программы.
  - 5.14. При уходе от стоянки необходимо погасить костер и убрать мусор.
- 6.1. Ответственные за жизнь и здоровья назначаются приказом.
- 6.2. Ответственные за жизнь и здоровье обязаны считать и проверять численность участников группы (пофамильно) при каждой остановке.

## **КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ АВТОБУСНОЙ ПЕРЕВОЗКЕ ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

- I. Общие требования безопасности
  1. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех учащихся, родителей, тренеров, инструкторов, вожатых, воспитателей охваченных автобусными перевозками.
  2. К перевозкам допускаются дети, прошедшие инструктаж по технике безопасности при поездках.
  3. Поездки детей возможны только в сопровождении воспитателя, вожатого, либо прошедшего инструктаж взрослого из числа родителей или иного лица организации.
  4. Автобус для перевозки детей должен быть оборудован табличками «ДЕТИ», огнетушителями и медицинскими аптечками.
  5. Травмоопасность при поездках: -отравления CO<sub>2</sub> -при несоблюдении правил поведения в автобусе ( травмы рук, суставов, ушибы ) -при несоблюдении правил посадки в автобус и высадки - в случае возгорания , ожоги.
  6. Количество пассажиров не должно превышать число мест для сидения.
  7. Запрещается перевозка детей на технически неисправном транспорте
  8. В салоне автобуса запрещается перевозка бензина, спирта и других взрывоопасных и легковоспламеняющихся жидкостей и веществ.
- II. Требования безопасности перед началом поездки
  1. Пройти инструктаж по технике безопасности при поездках
  2. Ожидать подхода автобуса в определенном месте сбора
  3. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, собраться у места посадки
  4. Произвести переключку участников поездки
  5. Не выходить навстречу приближающемуся автобусу.
- III. Требования безопасности во время посадки и поездки
  1. После полной остановки автобуса, по команде сопровождающего, спокойно, не торопясь и не толкаясь войти в салон , занять место для сидения, первыми входят старшие дети, занимающие места в дальней от водителя части салона.
  2. Не открывать окна, форточки и вентиляционные люки могут открываться только с разрешения водителя.
  3. Не загромождать проходы в пассажирском салоне сумками, портфелями и т.п.
  4. Во время движения не вскакивайте со своего места, не отвлекайте водителя разговорами, криком
  5. Не создавайте ложную панику, соблюдайте дисциплину и порядок.
  6. Все пассажиры должны быть пристегнуты.
- IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях
  1. При плохом самочувствии и внезапном заболевании сообщите об этом сопровождающему.
  2. В случае травматизма сообщите сопровождающему, он окажет вам первую помощь.
  3. При возникновении аварийных ситуаций (технической поломки, пожара и т.д.), по указанию водителя и сопровождающего быстро, без паники, покиньте автобус.
  4. В случае террористического захвата автобуса соблюдайте спокойствие, выполняйте все указания без паники и истерики - этим вы сохраните себе жизнь и здоровье.
- V. Требования безопасности по окончании поездки
  1. Выходите из автобуса спокойно, не торопясь , после полной его остановки и с разрешения сопровождающего.
  2. Первыми выходят дети, занимающие места у выхода из салона.
  3. Проведите повторную переключку.
  4. Не уходите с места высадки до отъезда автобуса.
  5. О всех недостатках, отмеченных вами во время поездки, сообщите сопровождающему.

## **КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ И УЧАСТИИ В СПОРТИВНЫХ / ТАНЦЕВАЛЬНЫХ И ИНЫХ ПОДВИЖНЫХ МЕРОПРИЯТИЯХ ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

I. Общие требования безопасности. Состояние место проведения спортивного, танцевального и иного подвижного мероприятия (далее Мероприятие) должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям. Оборудование должно быть надёжно закреплено и находиться в исправном состоянии.

К занятиям допускаются: - отнесённые по состоянию здоровья к основной и подготовительной медицинским группам; - прошедшие инструктаж по мерам безопасности; - имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений. Обувь должна быть на подошве, исключающей скольжение, плотно облегают ногу и не затруднять кровообращение. Одежда должна соответствовать условиям занятия. Участник мероприятия должен: - бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению; - быть внимательным при перемещениях по площадке; - знать и выполнять настоящую инструкцию. За несоблюдение мер безопасности участника мероприятия может быть не допущен или отстранён от участия в мероприятии.

II. Требования безопасности перед началом занятий. Участник мероприятия должен: - переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь; - снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, серёжки и т.д.); - убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы; - организованно выйти с сопровождающим через центральный выход здания или запасной выход на место проведения занятий; - под руководством сопровождающего подготовить инвентарь и оборудование, необходимый для проведения занятия; - по распоряжению сопровождающего убрать посторонние предметы с беговой дорожки, ямы для прыжков и т.д.; - по команде сопровождающего встать в строй для общего построения.

III. Требования безопасности во время проведения занятий. Занятия проводятся на ровном, не скользком грунте под руководством сопровождающего. Участник мероприятия должен: - внимательно слушать объяснения сопровождающего и правильно их выполнять, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения сопровождающего, выполнять упражнения только на исправном оборудовании; - при выполнении упражнений потоком соблюдать достаточные интервал и дистанцию; - быть внимательным при перемещениях по площадке: не мешать другим, не ставить подножек, избегать столкновений; - не покидать территорию площадки без разрешения.

IV. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

Участник мероприятия должен: - при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность сопровождающего; - с помощью сопровождающего оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»; - при возникновении пожара и других экстремальных ситуациях (угрозе теракта, хулиганских действиях посторонних лиц и т.д.) немедленно прекратить занятие, организованно, под сопровождающего покинуть место проведения занятий; - по распоряжению сопровождающего поставить в известность администрацию заведения и сообщить в службу спасения.

V. Требования безопасности по окончании занятий. Участник мероприятия должен: - под руководством сопровождающего убрать спортивный инвентарь в места его хранения; - организованно покинуть место проведения занятий; - переодеться в раздевалке/своей комнате, снять спортивный костюм и спортивную обувь; - вымыть руки с мылом.

## **КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ И УЧАСТИИ В ТВОРЧЕСКИХ МЕРОПРИЯТИЯХ ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

Общие требования безопасности:

1. К занятиям допускаются прошедшие инструктаж по технике безопасности. 2. Выполнение данной инструкции является обязательным для всех участников мероприятия, находящихся в данном кабинете. 3. Выполнять работы, не связанные с заданием и указаниями воспитателя, инструктор-вожатого и иного ответственного лица - строго запрещается. Опасность возникновения травм: - при работе с острыми, колющими и режущими инструментами; - при работе с красками; - при нарушении инструкции по ТБ.

Во избежание травм участниками мероприятия следует: - спокойно и уверенно, соблюдая дисциплину и порядок, входить и выходить из кабинета по указанию ответственного лица; - не загромождать проходы сумками и портфелями; - не открывать форточки и окна, не сидеть на подоконниках; - не передвигать учебное оборудование.

Требования безопасности перед началом занятия. 1. Подготовить необходимые материалы и инструменты. На рабочем месте ничего не должно быть лишнего. Инструменты на столе расположить так, чтобы предотвратить их падение. 2. Внимательно выслушать инструктаж по ТБ при выполнении работы. 3. Входить в кабинет спокойно, не торопясь. 3. При слабом зрении надеть очки.

Требования безопасности во время занятий. 1. Выполнять все действия только по указанию ответственного лица. 2. Не делать резких движений во время работы. 3. Соблюдать порядок на рабочем месте и дисциплину. Бережно относиться к имуществу, находящемуся в кабинете, не рисовать на партах. 4. Осторожно пользоваться красками и необходимыми материалами. 5. Не покидать рабочее место без разрешения отв. лица. 6. Не приносить на занятия посторонние, ненужные предметы, чтобы не отвлекаться и не травмировать своих товарищей. 7. Свет всегда должен падать только с левой стороны или спереди, чтобы тень от рук не мешала. Помещение для занятий должно быть светлым и легко проветриваться.

При работе с режущими инструментами: - Ножницы передавать друг другу ручками вперед, держа за сомкнутые лезвия. - При резании бумаги не направлять ножницы к себе или товарищу. - При работе с макетным ножом выдвигать лезвие на 1-2 деления. - При затуплении лезвия макетного ножа утачившимся запрещается самостоятельно отламывать лезвие (обратиться за помощью к учителю). - В случае получения травмы немедленно сообщить отв. лицу. Осторожно пользоваться клеем, грунтовкой: избегать попадания в рот и в дыхательные пути.

Требования безопасности в аварийных ситуациях. 1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом отв. лицу. 2. При возникновении пожара в кабинете, немедленно прекратить занятия, по команде отв. лица организованно, без паники покинуть помещение. 3. При выявлении неисправностей в электрических устройствах немедленно сообщить об этом отв. лицу или дежурному администратору. Не устранять неисправности самостоятельно. 4. При получении травмы немедленно сообщить о случившемся отв. лицу.

Требования безопасности по окончании занятий. 1. Не оставлять рабочего места без разрешения отв. лица. 2. После окончания работы произвести уборку своего места. 3. Проверить безопасность рабочего места, убраны ли все инструменты. 4. Вымыть руки с мылом. 5. Обойти недостатки, обнаруженных во время работы, сообщить отв. лицу. 6. Уходить из кабинета спокойно, не толкаясь, соблюдая дисциплину.

## **КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ И УЧАСТИИ В ЗАНЯТИЯХ И ЭКСКУРСИЯХ ПО ВИДУ СПОРТА “КОННЫЙ СПОРТ” ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

1. Инструкции по технике безопасности

Лошадь – животное сильное, умное, ласковое и, вместе с тем от природы очень пугливое. Испугавшись шума, резкого движения, незнакомого предмета, она может броситься вперед или в сторону, или встать на дыбы. Некоторые лошади могут ударить ногами или схватить зубами. При неправильном обращении с лошадью, незнанию или несоблюдению правил техники безопасности Ваша жизнь, и здоровье могут подвергнуться опасности.

Чтобы избежать травм – соблюдайте следующие требования:

- в конюшню запрещено входить без разрешения персонала и без сопровождения

- запрещено приводить с собой на занятия посторонних (друзей, подруг) для этого проводятся различные мероприятия (соревнования, дни открытых дверей).

- после окончания тренировки вы обязаны покинуть территорию занятий.

2. Техника безопасности в конюшне:

- в конюшне всегда следует соблюдать тишину. Это дом лошадей, где они отдыхают;

- во время занятий все действия вы должны выполнять только с ведома, по указанию и под контролем тренера (персонал несет за вас ответственность!);

- не бегайте в конюшне (можно упасть на скользком бетонном полу);

- запрещается просовывать руки через решетки денника (были случаи, когда лошади откусывали пальцы);

- запрещается давать лошади лакомство через решётку денника (лошадь может научиться вредной привычке «прикуске», а она крайне опасна для животного, да и соседние лошади будут выпрашивать, стуча ногами о стену, травмируя себя). Лакомство лошади дается только после занятия на манеже или в деннике сразу после расседлывания;

- нельзя открывать двери денников или заходить к лошадям без ведома персонала;

- привязывать лошадь можно, одев ей недоуздок;

- убираясь в деннике, обязательно привяжите лошадь или выведите на развязку;

- все узлы при привязывании лошади должны быть такими, которые можно быстро развязать!

3. Правила техники безопасности при работе с лошадьми:

- если вы берете лошадь на тренировку, обязательно сразу перекройте поилку или выставите воду из денника!;

- в денник к лошади можно заходить только по одному!;

- прежде чем зайти к лошади, окликните ее, подайте команду «Прими!» и подождите, чтобы она повернулась к вам;

- не подходите к лошади сзади неожиданно для нее;

- всегда обращайтесь с лошадью спокойно и ласково, и лишь только когда лошадь нервничает, четко и строго дайте команду «Стоять»;

- сначала нужно надеть уздечку на лошадь, а потом приступить к чистке и седловке;

- перед чисткой нужно осмотреть лошадь (особенно спину и ноги) – возможно гуляя в леваде, она могла травмироваться. При видимых ранах обязательно сообщите тренеру или ветерачу;

- не привязывайте лошадь к решетке денника за повод (железный трензель во рту лошади может повредить ей рот);

- при чистке и седловке обращайте внимание на поведение лошади – прижатые уши говорят о том, что лошадь злится;

- не пролезайте под животом лошади (может ударить ногой!);

- нельзя садиться на лошадь в деннике (может прижать ногу к стене или встать на дыбы);

- если лошадь поседлана, а вам нужно ненадолго отлучиться, заправьте повод за стремена (это не даст ей опустить голову и «заподжричься»);

- перед выходом из денника или конюшни (если седлались на развязке) необходимо внимательно осмотреть сбрую и в случае неисправности доложить персоналу.

4. Техника безопасности при выводе лошади из денника и при движении рядом с лошадью:

- перед выводом лошади из денника, обязательно полностью откройте дверь (лошадь может зацепиться за нее) и обязательно проверьте, подняты ли стремена (они должны быть опущены только при посадке на лошадь);

- выводите и вводите лошадь в денник только под прямым углом;

- не выпускайте повод из рук ни на минуту (лошадь может убежать, а поймать ее будет трудно);

- вести лошадь следует, идя слева от нее, повод, если возможно, сняв с шеи лошади;

- не держитесь за пряжки или трензельные кольца (лошадь может дернуть и повредить вам руку);

- не наматывайте повод на руку (это также может привести к травме);

- ведя лошадь, держитесь от идущей впереди лошади на расстоянии двух корпусов лошади (примерно 5-6 метров) – некоторые лошади не дружат друг с другом и сближение может вызвать драку между ними;

- запрещается скопление или встречная проводка лошадей в проходах конюшни, воротах или около них;

- если ваша лошадь заартачилась, испугалась, начала рваться в сторону, отказываясь идти вперед, не тяните за повод, лошадь все равно вас сильнее!

Успокойте лошадь голосом, поглаживанием и продолжайте движение.

5. Техника безопасности на манеже при верховой езде:

- перед тем как сесть на лошадь проверьте подпругу и в случае необходимости подтяните ее (так, чтобы с трудом проходило два пальца);

- для верховой езды обязательно выберите обувь с гладкой подошвой и каблукон 2-3 сантиметра. Ботинки и сапоги с узкими носами не подходят (трудно будет удержать стремя);

- не разрешается ездить верхом в обуви без каблука, с рифленой подошвой, или толстой или тонкой подметкой – в случае падения нога может застрять в стремени и вас испугавшая лошадь поволочет за собой;

- не разрешается ездить на лошади без защитного шлема;

- в карманах при езде не должно быть колюще-режущих предметов, которые при падении могут травмировать вас;

- при посадке на лошадь обязательно набирайте и держите повод!;

- во время езды соблюдайте дистанцию, указанную тренером. Не наезжайте на впереди идущую лошадь и не подезжайте сбоку – отбив ногами по вашей лошади, она может попасть вам по ноге;

- старайтесь в то же время, не отставать далеко от смены – лошадь стадное животное и неожиданно для вас может броситься догонять остальных;

- не останавливайтесь на пути движения. Если при езде в «смене» вам нужно поправить амуницию или одежду, спросите разрешения тренера и, выехав в центр манежа, сделайте необходимое;

- чтобы избежать столкновения с другими всадниками – разъезжайтесь друг с другом всегда левыми плечами. Уступайте движению всадникам, которые едут более резвым аллюром;

- шагают всегда в центре манежа или в указанном месте, не мешая другим;
- чтобы предупредить нежелательное для вас действие лошади при виде или приближении машины, трактора, собаки, какого либо шума и т.д. наберите повод короче, успокойте лошадь голосом и отвлеките ее каким-нибудь требованием;
- нельзя без разрешения персонала меняться лошадьми.

6. Техника безопасности в критических ситуациях:

- если лошадь понесла, заводите лошадь на круг, постепенно сокращая его радиус;
- если лошадь «играет», ни в коем случае не хватайтесь за седло, бросив повод, так как лошадь, оказавшись без контроля, будет набирать скорость и ее сложнее будет успокоить!;
- если лошадь встала на задние ноги (на дыбы) – отдайте ей повод, схватитесь за гриву или обхватите шею лошади и активным посылом заставьте ее опуститься. Не откидывайтесь назад и не тяните повод на себя – лошадь может опрокинуться на спину, придавив вас;
- если лошадь остановилась, бьет передней ногой, опускает голову, нюхает землю – она собирается лечь валиться. Немедленно заставьте ее поднять голову и энергично посылайте ее вперед;
- при потере равновесия постарайтесь бросить стремяна и не отпустить повод. Не так страшно упасть с лошади, как, упав зацепиться за нее. Если нога застряла в стремях, держите повод крепко, останавливая лошадь до момента пока вам не поможет тренер освободить ногу;
- если вы упали, сильно ушиблись, то не вскакивайте сразу;
- не бегайте за убежавшей лошадью, подходите к ней только спереди, подманивая лакомством («дежурный» кусочек сахара или морковки должен быть всегда в кармане на этот случай). Лакомство всегда давайте с раскрытой ладони;
- если кто – то упал, и лошадь без всадника бежит по манежу все должны остановить своих лошадей и если к вам подбегает лошадь, то повернитесь к ней передом. Не старайтесь со своей лошадью поймать бегущую лошадь;
- никогда не подходите к незнакомой лошади! Запрещено входить в левяды к гулящим лошадям, кормить их.

Для предотвращения травм на учебно-тренировочных занятиях по конному спорту необходимо учитывать основные причины травматизма:

- проведение занятий без тренера-преподавателя;
- нарушение правил организации занятий и отсутствие сознательной дисциплины;
- нарушение методики и режима тренировки;
- плохое материально-техническое обеспечение занятий;
- нарушение врачебных требований и гигиенических условий.

#### **Рекомендации по организации психологической подготовки.**

Конный спорт способствует формированию таких личностных качеств, как целеустремленность, инициативность, настойчивость, упорство, выдержка, самообладание, смелость, решительность, воля и психическая устойчивость.

На этапах начальной подготовки и начальной специализации важнейшей задачей психологической подготовки является формирование спортивного интереса, перспективной цели, дисциплины, самооценки, образного мышления,

непроизвольного внимания, чувства, прилагаемых усилий.

Психологическая подготовка предусматривает формирование личности обучающегося и межличностных отношений, развитие спортивного интеллекта, психологических функций и психомоторных качеств.

Основными задачами психологической подготовки являются:

- привитие устойчивого интереса к занятиям спортом;
- формирование установки на тренировочную деятельность;
- формирование волевых качеств спортсмена;
- совершенствование эмоциональных свойств личности;
- развитие коммуникативных свойств личности;
- развитие и совершенствование интеллекта спортсмена.

К числу главных методов психологической подготовки относятся беседы, педагогическое внушение, методы моделирования соревновательной ситуации через игру.

В программу занятий следует вводить ситуации, требующие преодоления трудностей.

В структуру психологической подготовки обучающегося включены следующие компоненты:

- определение и разработка системы обучающегося определенным видом спорта;
- психодиагностика и оценка уровня проявления психических качеств и черт личности обучающегося – его «психологическая характеристика»;
- становление личности обучающегося, через волевые, эмоциональные, коммуникативные и интеллектуальные качества личности;
- разработка и совершенствование «настройки» обучающегося в день соревнований через систему организации жизнедеятельности спортсмена, организацию внимания в предстартовый период соревновательной деятельности.

Психологическая подготовка спортсмена в конном спорте должна проводиться с учетом взаимодействия спортсмена-всадника и лошади. Для регламентирования поведения человека по отношению к лошади, для защиты и гуманного отношения к животному Международная федерация конного спорта (FEI) разработала Кодекса поведения по отношению к лошади для всех, кто вовлечен в конный спорт. Согласно Кодексу поведения, все спортсмены должны полностью принимать его и признавать следующие положения:

- благополучие лошади считается всегда приоритетным, и ни при каких условиях не будет занимать подчиненного положения по отношению к спортивным соревнованиям или коммерческим интересам;
- на всех этапах подготовки и тренинга спортивной лошади ее благополучие должно быть приоритетным по отношению к любым другим требованиям. Это понятие включает в себя бережное отношение к лошади, к выбору методик тренировки, к ковке лошадей, содержанию и кормлению, а также к способам и условиям ее транспортировки;
- лошади и всадники должны иметь хорошую физическую форму и быть здоровыми, чтобы получить допуск к соревнованиям. Это относится к использованию лечебных средств, к хирургическим процедурам, которые угрожают благополучию или безопасности, к жеребости кобыл злоупотреблению средствами управления;
- соревнования не должны приносить вред благополучию и здоровью лошади. Особое внимание должно уделяться зоне проведения соревнований, грунту, погодным условиям, размещению на конюшнях, безопасности нахождения и подготовленности лошади к предстоящей транспортировке после соревнований;
- следует направить все усилия на то, чтобы лошадям по окончании соревнований был обеспечен соответствующий уход, а по завершении их спортивной карьеры – соответствующее гуманное обращение: отправку лошади на пенсию, что предусматривает должный ветеринарный уход, внимание к полученным травмам, правильное содержание, уход и кормление, заключению ветеринарного врача о критическом состоянии здоровья животного гуманную эвтаназию;
- Международная федерация конного спорта (FEI) настоятельно рекомендует, чтобы все, кто имеет отношение к конному спорту, получили в области своей компетенции самый высокий образовательный уровень.

### **КРАТКАЯ ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ И УЧАСТИИ В ЗАНЯТИЯХ И ЭКСКУРСИЯХ ПРИ ПОСЕЩЕНИИ СОЦ “УРАЛОЧКА” ДЛЯ ИНСТРУКТОРОВ-ВОЖАТЫХ, ВОСПИТАТЕЛЕЙ, ПОМОЩНИКОВ ВОЖАТЫХ, ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ЛИЦ, НЕ ДОСТИГШИХ СОВЕРШЕННОЛЕТНЕГО ВОЗРАСТА, И ИНЫХ УЧАСТНИКОВ ПРОГРАММЫ.**

#### **1. Правила посещения Спортивно-оздоровительного центра несовершеннолетними лицами**

- 1.1. За детей и подростков, находящихся на территории Спортивно-оздоровительного центра без присмотра родителей (законных представителей) и сопровождающих лиц, Учреждение ответственности не несет.
- 1.2. Дети и подростки, находясь на территории Спортивно-оздоровительного центра, должны соблюдать общие установленные правила посещения Спортивно-оздоровительного центра. Родители (законные представители) или уполномоченные лица должны своевременно привести ребенка на занятие, а также вовремя забрать его по окончании занятия.
- 1.3. Во избежание несчастных случаев, дети в возрасте до 14 лет, за исключением занятий с тренером, могут посещать Спортивно-оздоровительный центр в сопровождении родителя или иного совершеннолетнего законного представителя (при предъявлении подтверждающих документов). Для других сопровождающих лиц требуется расписка законных представителей ребенка (расписка заполняется собственноручно законным представителем).
- 1.4. Дети в возрасте до 14 лет, умеющие плавать, допускаются на свободное плавание в ванне плавательного бассейна с оплатой входного билета за сопровождающего при наличии заявления от родителей (законных представителей), в котором указывается информация об умении их ребенка плавать и об ответственности за безопасность и жизнь детей.
- 1.5. Дети с 10 до 14 лет, умеющие плавать и имеющие спортивный плавательный разряд, допускаются на свободное плавание в ванне плавательного бассейна в отсутствие сопровождающего и при наличии подтверждающего плавательный (спортивный) разряд документа, а также заявления от родителей, в котором указывается информация об умении их ребенка плавать и об ответственности за безопасность и жизнь детей.
- 1.6. Присутствие родителей (законных представителей) или сопровождающих лиц на групповых занятиях или на занятиях спортивных групп допускается только на открытых уроках по предварительному приглашению или соревнованиях.
- 1.7. Вход на трибуны плавательного бассейна разрешен только во время массовых спортивных мероприятий и открытых уроков.
- 1.8. При посещении Спортивно-оздоровительного центра несовершеннолетним лицом ответственность всецело за состояние его здоровья, а также его поведение, соблюдение им настоящих Правил несут родители (законные представители) или иное лицо его сопровождающее.
- 1.9. Дети с 14 лет, если они умеют держаться на воде, допускаются в ванну бассейна без сопровождения взрослого.
- 1.10. В случае сомнения в возрасте ребенка администратор Спортивно-оздоровительного центра вправе запросить документ, подтверждающий возраст ребенка.
- 1.11. Дети, в возрасте от 14 лет при приобретении услуги «плавание» обязаны предъявлять паспорт, либо иной заменяющий его документ, подтверждающий возраст.
- 1.12. Дети также могут посещать плавательный бассейн в составе спортивной группы или группы обучения плаванию в рамках посещения тренировочных занятий. Ответственность за жизнь и здоровье детей, а также за ущерб, нанесенный несовершеннолетними имуществу Спортивно-оздоровительного центра во время групповых занятий, организованных в бассейне, несут организаторы таких занятий.
- 1.13. Посетители в составе спортивной группы допускаются только в сопровождении ответственного лица (после ознакомления ответственного лица с настоящими Правилами).
- 1.14. При посещении Спортивно-оздоровительного центра группой посетителей, в состав которой входят несовершеннолетние лица, ответственность за соблюдение настоящих Правил посещения Спортивно-оздоровительного центра несовершеннолетними лицами несет руководитель группы, старший группы (сопровождающий).
- 1.15. Сопровождающим лицам запрещено оставлять без присмотра всех членов своей группы. Группы детей допускаются на территорию Спортивно-оздоровительного центра при условии сопровождения: – 1 взрослый может сопровождать не более 2-х детей в возрасте до 12 лет; - 1 взрослый может сопровождать не более 3-х детей до 14 лет.
- 1.16. Запрещается оставлять без присмотра детей в возрасте до 13 лет на территории Спортивно-оздоровительного центра, в т.ч. в раздевалках, бассейне, сауне, спортивном и тренажерном зале.
- 1.17. Детям и подросткам, не достигшим возраста 16 лет, запрещается посещать тренировочные зоны и занятия для взрослых, а также находиться в бассейне после 21 ч вечера.
- 1.18. Инструктор, дежурный по спортивному залу Спортивно-оздоровительного центра имеет право не допустить Посетителя на групповое занятие, не соответствующее его уровню подготовленности.
- 1.19. Инструктор, дежурный по спортивному залу Спортивно-оздоровительного центра имеет право не допустить Посетителя на групповое занятие в случае отсутствия записи об ознакомлении ответственного лица (тренера) с настоящими Правилами.

#### **2. Правила пользования гардеробом**

- 2.1. Гардероб для Посетителей Спортивно-оздоровительного центра работает с 7:00 до 21:00 часов ежедневно в период с сентября по май (июнь и август гардероб работает по решению руководства Учреждения).
- 2.2. Перед посещением Спортивно-оздоровительного центра, Посетитель обязан сдать в гардероб верхнюю одежду. Не разрешается допуск Посетителей в раздевалку в верхней одежде. В гардероб принимаются:
  - верхняя одежда;
  - обувь (в непромокаемом пакете), В гардероб не принимаются:
  - головные уборы;

- зонты, портфели, сумки, дипломаты, ценности, документы, деньги, платежные карты, телефоны, смартфоны, ключи, украшения;
- грязные вещи, предметы, имеющие стойкий запах;
- продукты питания.
- 2.3. Работник гардероба не несет ответственность за пропажу имущества (деньги, документы, телефоны, ключи и т.п.), и (или) повреждение имущества, не подлежащего принятию в гардероб согласно настоящим Правилам.
- 2.4. На принятую в гардероб верхнюю одежду и пакет с обувью выдается один номерной жетон (номерок).
- 2.5. Выдача имущества, сданного на хранение в гардероб, осуществляется по предъявлению номерного жетона.
- 2.6. После посещения Спортивно-оздоровительного центра Посетитель обязан забрать сданные ранее в гардероб вещи, возвратив при этом номерной жетон.
- До истечения срока работы гардероба лицо, сдавшее вещи на хранение, обязано взять их обратно. Если лицо, сдавшее вещи на хранение, уклоняется от получения сданной на хранение вещи обратно, работник гардероба вправе после окончания работы гардероба закрыть гардероб, а не востребованные вещи сдать администратору.
- 2.7. В случае утери (порчи) номерного жетона Посетитель обязан возместить ущерб, связанный с потерей или порчей номерного жетона, то есть расходы, связанные с его восстановлением. В случае утери номерного жетона Посетитель либо его законный представитель обязан дожидаться пока работник гардероба обслужит Посетителей в очереди, после чего сообщить об утере номерка, дожидаясь прихода ответственного работника Учреждения для выяснения принадлежности личных вещей с целью их выдачи. При этом сотрудник гардероба вправе требовать доказательств принадлежности сданного в гардероб имущества в присутствии ответственного работника Учреждения. Выдача данного имущества Посетителю осуществляется после предъявления Посетителем документа, удостоверяющего личность, и составления Посетителем расписки о получении имущества и возмещении ущерба за утерянный номерной жетон.
- 2.8. Посетителям запрещен вход в помещение гардероба.
- 2.9. Учреждение несет ответственность за оставленные в гардеробе вещи согласно п. 1 ст. 924 ГК РФ, т.е. принимает разумные меры для обеспечения сохранности вещей.
- 3. Правила пользования раздевалкой и душевыми**
- 3.1. После посещения гардероба Посетитель должен пройти в раздевалку для переодевания, переодеться, сложить вещи в шкафчик для хранения одежды.
- 3.2. В случае утери браслета с ключом, шкафчик в раздевалке вскрывается работником Учреждения, о чем составляется акт.
- 3.3. В случае обнаружения незакрытого шкафчика (индивидуального места хранения одежды), работник Учреждения закрывает его самостоятельно.
- 3.4. Вход в раздевалку (для переодевания и приема душа) осуществляется за 15 минут до начала сеанса.
- 3.5. В раздевалке Посетитель должен раздеться, убрать вещи в шкафчик, взять с собой купальный костюм, шапочку для плавания, мыльные принадлежности, мочалку (губку), полотенце, надеть резиновую обувь, закрыть свой шкафчик и пройти в душ.
- 3.6. Для помощи в переодевании лиц с ограниченной физической возможностью сопровождающие могут пройти в раздевалки (в зал ванны) только при наличии сменной обуви и без верхней одежды.
- 3.7. В целях обеспечения вместимости шкафчика для хранения одежды, предметы гигиены и плавательные принадлежности должны проноситься в раздевалку только в полиэтиленовых пакетах или малогабаритных сумках.
- 3.8. Перед выходом в душевую (в случае необходимости) нужно воспользоваться туалетом.
- 3.9. Посетитель до прохода в зал ванны бассейна обязан тщательно принять душ с применением средств гигиены (мочалкой (губкой), мылом), без купального костюма.
- 3.10. Запрещается использовать душевые в целях личной гигиены:
  - окрашивание волос;
  - бриться, стричь ногти, волосы;
  - проводить процедуры по уходу за кожей (скраб, масла, маски и др.);
  - мытье обуви, стирка вещей и т.д.
- 3.11. Во избежание порезов не допускается использовать в душевых стеклянную тару.
- 3.12. Душевые плавательного бассейна предназначены только для мытья тела перед занятиями и после занятий в Спортивно-оздоровительном центре.
- 3.13. Максимальное время пребывания в душе (до выхода в зал ванны и после сеанса) не должно превышать 5 минут.
- 3.14. В часы наибольшей загруженности душевых Посетители должны соблюдать очередность их посещения и проявлять уважительное отношение к окружающим.
- 3.15. Посетителям запрещается при посещении душевых разбирать и распылители, и распылители, уносить какое-либо имущество.
- 3.16. После окончания пользования душом Посетитель обязан:
  - закрыть кран подачи горячей и холодной воды;
  - надеть купальный костюм, шапочку для плавания и пройти визуальный осмотр у врача или медицинской сестры;
  - пройти к ванне бассейна и поместить ключ от шкафчика (при его наличии) для хранения одежды на стенде, находящемся в зале ванны бассейна под присмотром инструктора.
- 3.17. Предметы гигиены (полотенце, халат и т.д.) на время сеанса оставляют на скамейке у ванны бассейна, сланцы под скамейкой.
- 3.18. С целью обеспечения санитарного состояния и безопасности, ожидание Посетителей в раздевалках и душевых запрещается.
- 3.19. В раздевалке запрещается:
  - оставлять ценные вещи в шкафчике для хранения одежды (они должны сдаваться администратору Спортивно-оздоровительного центра во время пропуска Посетителей на очередной сеанс). Учреждение отвечает за утрату денег, иных валютных ценностей, ценных бумаг и других драгоценных вещей Посетителя при условии, если они были приняты администратором на хранение по акту приема-передачи;
  - оставлять свои вещи вне шкафчика;
  - оставлять шкафчик не закрытым на замок;
  - оставлять ключ от шкафчика в замке во время посещения занятий;
  - снимать браслет с запястья руки и оставлять его без присмотра;
  - оставлять свои вещи в шкафчиках после окончания занятий.

#### **Правила пользования шкафчиками (индивидуальными местами хранения одежды)**

- 3.20. Шкафчики (индивидуальные места хранения одежды) находятся в раздевалках и предназначены для хранения одежды Посетителей.
- 3.21. Шкафчик предоставляется Посетителем при условии оплаты за посещение на период нахождения в плавательном бассейне, тренажерном зале и спортивном зале.
- 3.22. Порядок выдачи ключей, браслетов с указанием номера шкафчика для хранения одежды производится согласно очередности сеансов. Учет выдачи ключей ведет работник гардероба, а браслетов – администратор.
- 3.23. Габариты вещей не должны превышать размера шкафчика для хранения.
- 3.24. Посетитель, обнаруживший утрату, недостачу или повреждение своих вещей, обязан без промедления заявить об этом администратору. В противном случае Учреждение освобождается от ответственности за не сохранность вещей.
- 4. Порядок пользования услугами плавательного бассейна**
- 4.1. Право посещения плавательного бассейна осуществляется на основании:
  - а) пропуска на занятия с тренером (групповые и персональные), с указанием Ф.И.О. занимающегося, времени занятий, Ф.И.О. тренера, оформленного надлежащим образом у администратора;
  - б) абонемента на посещения самостоятельных занятий, приобретенного у администратора;
  - в) кассового чека на разовое посещение, приобретенного у администратора в кассе Учреждения непосредственно перед началом очередного сеанса (при наличии свободных мест на сеансе). Услуга разового посещения действительна только в день приобретения. Бронирование на сеанс не производится, кассовый чек является действительным лишь на приобретаемый сеанс. В случае, если Посетитель оплатил посещение на два сеанса, он предъявляет кассовый чек инструктору и получает право пользоваться услугами плавательного бассейна на протяжении двух сеансов;
  - г) заключенного договора на оказание физкультурно-оздоровительных услуг.
- 4.2. Перед началом пользования услугами бассейна Посетитель обязан самостоятельно оценить состояние своего здоровья и учитывать любые состояния своего здоровья, являющиеся противопоказаниями для пользования услугами бассейна. Ответственность за любые негативные последствия, в том числе за вред здоровью, причиненные вследствие ненадлежащей оценки Посетителем состояния своего здоровья и (или) вследствие того, что Посетитель воспользовался услугами бассейна, несмотря на имеющиеся противопоказания по состоянию здоровья, несет исключительно сам Посетитель. Лица, достигшие 18-летнего возраста, несут полную ответственность за себя и за несовершеннолетних лиц, которые пришли вместе с ними.
- 4.2.1. Факторы риска при спортивном или свободном плавании:
  - а) травмоопасность:
    - травмоопасность скользкого кафельного покрытия в помещениях бассейна;
    - травмоопасность при столкновении в воде с другими Посетителями и инженерными сооружениями (натянутые дорожки, стенки бассейна и т.п.);
    - травмоопасность от удара о воду, бортик и дно бассейна при прыжках с бортиков и других инженерных и спортивных сооружений.
  - б) пожароопасность – в случае выявления пожара:
    - Посетители находящиеся в зале ванны бассейна, душевых, раздевалках выполняют указания персонала Учреждения по эвакуации;
    - Посетители, находящиеся в вестибюле, выполняют указания администратора по эвакуации.
  - в) физические перегрузки – уровень физической подготовки Посетителя определяет возраст, пол, состояние здоровья.
  - г) воздействие окружающей среды:
    - вода имеет высокую теплопроводность, возможно переохлаждение при нахождении в воде без активного движения;
    - в соответствии с требованиями СанПин вода обеззараживается хлорсодержащими веществами, которые могут вызвать аллергическую реакцию (консультация с лечащим врачом о возможности посещения бассейна).
  - д) специфические факторы риска – вода является чужеродной средой для человека:
    - внимательность при выполнении физических упражнений в воде, возможна асфиксия при попадании воды в дыхательные пути;
    - при нырянии на глубину и в длину с задержкой дыхания возможно кислородное голодание.
- 4.3. Посетители бассейна 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. Запрещено беспокоить других посетителей, нарушать чистоту и порядок, использовать в своей речи нецензурные выражения. Если вольные или невольные действия (поведение) Посетителя создают угрозу для его собственной жизни и (или) здоровья, а также для здоровья и (или) жизни окружающих, или противоречат общепринятым нормам морали и этики, сотрудники Учреждения вправе применить меры к указанным лицам в виде отстранения от занятий, вывода за пределы Спортивно-оздоровительного центра или вызова сотрудников правоохранительных органов.
- 4.4. Учреждение не несет ответственность за состояние здоровья Посетителя при сообщении им недостоверной информации о состоянии здоровья, за вред, связанный с ухудшением здоровья, если оно ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания, имевшегося у Посетителя до момента посещения бассейна.
- 4.5. Перед посещением плавательного бассейна Посетителям необходимо ознакомиться:
  - с расписанием сеансов;
  - с утвержденным прейскурантом цен на платные услуги;
  - с настоящими Правилами;
  - с планом экстренной эвакуации из помещений.
- 4.6. Оплата разового посещения плавательного бассейна осуществляется у администратора в соответствии с расписанием сеансов за 15 минут до начала пропуска Посетителей на сеанс. Для льготной категории граждан оплата производится при наличии документа, подтверждающего льготу:
  - пенсионное удостоверение;
  - студенческий билет.
- 4.7. Посетители, опоздавшие более чем на 15 минут, на сеанс не допускаются, стоимость занятия не компенсируется.
- 4.8. Перед тем, как пройти к стойке-ресепшен администратора, Посетители обязаны: а) сдать верхнюю одежду и уличную обувь в гардероб на хранение; б) переобуться в сменную обувь;

в) проверить наличие необходимых для посещения плавательного бассейна вещей и предметов:

- купального костюма согласно приложению № 1 к Правилам;
- шапочки для плавания;
- сменной обуви, пригодной для влажной среды (резиновые сланцы, шлепанцы);
- мыла, мочалки (губки);
- полотенца;
- поддерживающих плавательных средств (пояса, поплавки) для плохо плавающих (при самостоятельных посещениях). Поддерживающие пояса для взрослых и детей (количество ограничено) можно получить в зале ванны плавательного бассейна у инструктора, при предъявлении кассового чека, подтверждающего оплату в прокат;
- очков для плавания (при желании).

Без перечисленных принадлежностей Посетители не допускаются к занятиям в бассейне.

Все плавательные принадлежности должны быть чистыми и в исправном состоянии.

- 4.9. Предметы гигиены должны быть только в небьющейся таре (пластик, полиэтилен и т.д.). Использование предметов гигиены в стеклянной таре запрещено.
- 4.10. Пропуск Посетителей в плавательный бассейн осуществляется администратором согласно расписанию работы бассейна, за 15 минут до начала очередного сеанса и заканчивается за 5 минут до его начала, при предъявлении пропуска, абонеента или кассового чека.
- 4.11. Администратор, сверив срок действия вышеуказанных документов, выдает Посетителю браслет на пропуск в раздевалки и др. связанные с ними основные и вспомогательные помещения, а также пластиковый жетон определенного цвета, который предъявляется инструктору в зале ванны плавательного бассейна.
- 4.12. Каждое посещение плавательного бассейна фиксируется инструктором в журнале учета посещаемости.
- 4.13. При наличии у Посетителя ценных вещей, администратор принимает их на хранение по акту приема-передачи.
- 4.14. Учреждение не несет ответственность за сохранность личных вещей, оставленных без присмотра (в том числе в незапертых шкафчиках для хранения одежды).
5. **Правила поведения и техники безопасности при посещениях плавательного бассейна**
- 5.1. До начала посещения бассейна Посетителю рекомендуется проконсультироваться с лечащим врачом или медицинским работником на предмет готовности к двигательной активности и физическим нагрузкам.
- 5.2. Все передвижения в здании Спортивно-оздоровительного центра должны совершаться только шагом.
- 5.3. Не рекомендуется посещать занятия в плавательном бассейне натощак или сразу после приема пищи во избежание плохого самочувствия.
- 5.4. Учреждение не рекомендует пользоваться услугами бассейна Посетителям, не владеющим навыками плавания, а также женщинам на поздних сроках беременности. При каждом посещении Посетитель, не умеющий плавать, должен предупредить об этом инструктора бассейна.
- 5.5. В зале ванны плавательного бассейна Посетитель обязан подчиняться всем распоряжениям инструктора, медицинского работника, быть внимательным, не отвлекаться и не отвлекать других Посетителей.
- 5.6. Заходить в воду разрешается только после соблюдения гигиенических требований посещения плавательного бассейна, осмотра медработника и объявления инструктора о начале сеанса.
- 5.7. Посетителям запрещается, пользуясь услугами бассейна, оставлять свою сменную обувь таким образом, чтобы она создавала препятствия другим Посетителям и персоналу при перемещении в зале ванны бассейна.
- 5.8. Для предотвращения травматизма Посетителям запрещается плавать без плавательных шапочек.
- 5.9. Посетителям категорически запрещено пользоваться плавательным бассейном с надетыми украшениями любого вида или ювелирными изделиями любого вида, часами, заколками для волос, иными личными вещами, которые могут нанести вред самим Посетителям и (или) инженерно-техническому оборудованию бассейна.
- 5.10. Посетителям бассейна запрещается приносить в бассейн надувные плавательные предметы, в том числе круги, доски для серфинга и сап-серфинга, матрасы, акваلانги и другие предметы.

5.11. Ласты, надувные нарукавники, колобашки, фиксаторы для ног, лопатки, антилопатки, дыхательные трубки, пояса детские для страховки на воде, спасательные жилеты, пояса для плавания разрешается приносить только с разрешения инструктора бассейна и после предварительной обработки.

5.12. Вход в воду в начале занятий и выход из воды по окончании занятий осуществляется только по специальным лестницам, спиной к воде.

5.13. Посетители, чьи купальные костюмы не соответствуют требованиям, указанным в пп. "в" п. 11.8 настоящих Правил (шорты, бриджи, футболки, и т.п.), до плавания не допускаются.

5.14. Учреждение оставляет за собой право определять плавательные дорожки, по которым Посетитель должен плавать, в частности возможна ситуация, при которой одна и более дорожек изымаются из свободного плавания, о чем сообщается инструктором плавательного бассейна.

5.15. Посетителям бассейна должны заниматься только на дорожках, отведенных администратором бассейна, инструктором.

5.16. Не допускается плавать на дорожке бассейна, на которой проводится физкультурное и спортивно-оздоровительное мероприятие в форме группового занятия с инструктором (тренером), или на дорожке, на которой инструктор установил ограничение по нахождению для других Посетителей в связи с проведением этих мероприятий в форме индивидуального занятия с Посетителем бассейна.

5.17. Одновременное посещение одной дорожки – не более 10 человек.

5.18. При плавании нескольких человек на дорожке, Посетители должны: плавать один за другим, соблюдая дистанцию 2-3 метра, придерживаясь правой стороны, т.е. плавание в бассейне осуществляется всегда против часовой стрелки.

5.19. Обгон впереди плывущих Посетителей производится только слева. При этом Посетитель обязан удостовериться, что никто не плывет ему навстречу, и он не столкнется с другим плывцом. В том случае, если сзади движется более быстрый плывец, Посетитель должен принять немного вправо, тем самым давая возможность обогнать себя.

5.20. При плавании Посетители должны ориентироваться на разметку бассейна.

5.21. Если Посетитель делает перерыв в ходе тренировки, он должен расположиться в углу дорожки с правой ее стороны, чтобы другие посетители бассейна могли спокойно выполнить разворот. Необходимо повернуться лицом в сторону дорожки для того, чтобы следить за действиями других посетителей бассейна и избежать столкновения и, как следствие, травм. Нельзя останавливаться посередине дорожки, так как это может помешать движению других занимающихся.

5.22. Для освобождения полости рта и носа от попавшей воды следует пользоваться сливным желобком.

5.23. Запрещается бегать по бортикам бассейна, прыгать с бортиков и со стартовых тумб, способами, угрожающими здоровью, за исключением, когда прыжки проводятся с разрешения и под контролем инструктора или тренера.

5.24. Не разрешается толкаться во время плавания.

5.25. Не разрешается висеть на дорожках бассейна.

5.26. Не разрешается плавать поперек бассейна, кроме перехода с дорожки на дорожку и к лестнице. При пересечении бассейна поперек (при смене дорожки или при движении к лестнице) необходимо подныривать под располагающимися в бассейне разделительными дорожками, а не преодолевать их сверху.

5.27. В бассейне запрещено создавать излишний шум и подавать ложные сигналы о помощи.

5.28. При плавании в бассейне запрещено создавать препятствия другим Посетителям.

5.29. Запрещено плавать с жевательной резинкой.

5.30. Не разрешается плавать без шапочки, так как волосы засоряют фильтры бассейна.

5.31. В случае получения травмы при посещении бассейна, возникновении во время занятий в воде боли в суставах, мышцах конечностей, сильного покраснения глаз или кожи, возникновения кровотечения, а также при плохом самочувствии, немедленно прекратить занятие и сообщить об этом инструктору с последующим обращением в медицинский пункт (кабинет) Спортивно-оздоровительного центра.

5.32. При переохлаждении (чувство озноба) необходимо выйти из воды и растереться сухим полотенцем, одеть халат.

5.33. При судороге или других непредсказуемых ситуациях следует немедленно, как можно громче, позвать на помощь.

5.34. При выходе из зала ванны плавательного бассейна необходимо сдать инструктору плавательный инвентарь.

5.35. По окончании сеанса Посетитель должен принять душ (не более 5 минут), насухо вытереться полотенцем, в душевой выжать плавательные принадлежности, и только после этого пройти в раздевалку.

5.36. После окончания посещения бассейна Посетитель обязан:

- освободить шкафчик в раздевалке и оставить его открытым;

- сдать браслет администратору;

- сдать ключ от шкафчика и номерок работнику гардероба;

- покинуть здание Спортивно-оздоровительного центра.

6. **Порядок действия Посетителей при возникновении чрезвычайных ситуаций**

6.1. В случае возникновения чрезвычайных аварийных ситуаций – стихийные бедствия, катастрофы техногенного характера, пожар, и проч., Посетители не должны поддаваться панике.

6.2. Посетители обязаны четко выполнять команды персонала Учреждения.

6.3. После команды персонала или сигнала тревоги переданного по системе оповещения, Посетители должны освободить, покинуть помещения Спортивно-оздоровительного центра и бассейн, помещения раздевалок, помещений санузлов и проч. и выйти на открытые территории, покинуть Спортивно-оздоровительный центр, используя аварийные выходы, пожарные лестницы и переходы.

6.4. Планы эвакуации в фотолюминесцентном исполнении размещены на территории Спортивно-оздоровительного центра на видных местах в соответствии с местом нахождения, указанным на плане.

6.5. Покидая Спортивно-оздоровительный центр, Посетители должны соблюдать спокойствие, сохранять кассовый чек, не бежать, не создавать давки в проходах и на лестничных маршах, держаться за поручни, не перелезать через ограждения и нагираться на них, избегать при движении по территории Спортивно-оздоровительного центра мест, находящихся на высоте.

6.6. Взрослые Посетители должны обеспечить безопасную эвакуацию детей.

## ЗАПРЕЩЕНО ИМЕТЬ ПРИ СЕБЕ

- Оружие всех видов, в том числе газовое, холодное, горючие и взрывчатые вещества, ножи и острые предметы, за исключением предметов для шитья и личной гигиены. - Предметы самообороны (электрошокеры, газовые приспособления, резиновые дубинки и проч.). - Пиротехнические игрушки (петарды, шутихи и проч.), травматическое оборудование и игрушки, стреляющие пластмассовыми пулями. - Продукты питания, за исключением указанных выше (особенно скоропортящиеся), сигареты (в том числе электронные), зажигалки, вейпы, спички и любые виды алкоголя. - Сильнодействующие лекарства. При необходимости применения таких лекарств родители должны передать их воспитателю и сообщить условия/график приема. - Печатную, аудио/видео/компьютерную продукцию, содержащую пропаганду бескультурного поведения, насилия и порнографии. - Одежда с агрессивными или нецензурными надписями. - Лазерные указки. - экстремистская литература. - Азартные игры. - Дорогостоящая техника. Администрация Лагера оставляет за собой право изъятия общественно-опасных предметов и хранение их до конца пребывания в лагере ребенка. Попытка получить (купить, «достать») вышеуказанные запрещенные вещи, а также обнаружение их у ребенка в лагере будет считаться противоправным действием.

## ПРАВИЛА ОТЧИСЛЕНИЯ РЕБЕНКА ИЗ ЛАГЕРЯ

Администрация имеет право отчислить ребенка из лагеря с доставкой до места проживания, в сопровождении представителя лагеря за счет родителей и/или в их сопровождении по следующим причинам: - Грубое нарушение мер собственной безопасности, нарушение режима, самовольный уход с территории лагеря или из корпуса после отбоя, самовольное купание или неоднократное нарушение правил поведения на воде, нарушение правил пожарной безопасности, электробезопасности; - Воровство, вымогательство, угрозы, нанесение морального или физического ущерба со стороны ребенка по отношению к другим детям; - Нанесение значительного умышленного материального ущерба лагерю; - Употребление спиртных напитков (включая пиво), наркотических средств, курение; - Обнаружение у ребенка медицинских противопоказаний или хронических заболеваний, не указанных в анкете или медицинских справках, которые могут негативно отразиться на его здоровье во время пребывания в лагере. - Распространение и пропаганда курения, пьянства, наркотиков, а также развратное и некультурное поведение, сквернословие, грубость педагогам, нанесение любых телесных повреждений другим лицам. - Совершение действий, несущих угрозу жизни или здоровью людей (сотрудников лагеря, детей и др). - Вожатый, в присутствии ребенка извещает родителя (законного представителя) о системных нарушениях ребенком вышеуказанных правил и предупреждает об отчислении из лагеря. Отчисление производится при наличии актов, медицинских справок и других документов, подтверждающих вышеуказанные причины. При отчислении ребенка из лагеря по инициативе администрации лагеря компенсация неиспользованных дней путевок не производится. За причиненный ущерб имуществу лагерю ответственность несут родители ребенка в установленном законом порядке.

**ПРАВИЛА ВОЗВРАЩЕНИЯ РЕБЕНКА ИЗ ЛАГЕРЯ ДОМОЙ**

Дети передаются родителям или доверенным лицам по следующему порядку: - родитель (доверенное лицо) подходит к вожатому, предъявляет паспорт, забирает документы ребенка, расписывается в ведомости получения, и забирает ребенка. - В случае опоздания родитель извещает по телефону ребенка или вожатого о причине задержки. Вожатый в течение одного часа ждет родителей. После истечения срока вожатый имеет право сдать ребенка в отделение милиции. При нарушении условий договора пребывания ребенка в лагере родитель вправе обратиться с претензией в офис лагеря, которая будет рассмотрена в течении трех дней и дан ответ по существу.

**ЧТО МОЖНО БРАТЬ С СОБОЙ:**

- защиту, ролики, лонгборды, скейтборды, самокаты (занятия только с инструктором, произвольное катание - запрещено). Все оборудование имеется в лагере; - лекарственные средства нужно передать в мед. пункт с пометкой употребления вашим ребенком данных средств с пояснениями; - чай, кондитерские изделия с указанием срока годности не менее 30 дней с хранением при любой температуре и любом помещении (пищу, которая требует конкретных условий брать с собой - запрещено). Исключением является лапша быстрого приготовления, которую с собой брать - запрещено; - крем от комаров (баллончики – нельзя); - крем от загара; - крем от ожогов;

В летние смены посещение ребенка в лагере только у КПП в специальном отведенном месте. На территории и у территории запрещено разведение костров, приготовление и употребление пищи из запрещенных продуктов в лагере, в особенности: пиццы, газировки, чипсы, сухари, фрукты, роллы и суши, лапша быстрого приготовления.

С правилами по технике безопасности ознакомлен и обязуюсь соблюдать:

Дата « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202 \_\_\_\_\_ г.

Подпись \_\_\_\_\_ Фамилия, инициалы \_\_\_\_\_

**ЗАЯВЛЕНИЕ НА ОБЕСПЕЧЕНИЕ СОБЛЮДЕНИЙ ПРАВИЛ**

От \_\_\_\_\_

Адрес \_\_\_\_\_

Тел.: \_\_\_\_\_

**Заявление**

Я, \_\_\_\_\_, от имени своего несовершеннолетнего/ей

сына/\_\_\_\_\_ г.р. обязуюсь обеспечить соблюдение своим сыном/дочерью правил программы, правил поведения в лагере, правил оглашаемых инструкторами в лагере, поведения в помещениях, на склонах и подъемнике. Также выполнение в процессе подготовки по программе моим/ей сыном/дочерью указаний инструкторов. Разрешаю моему/ей сыну/дочерью посещать занятия в мое отсутствие. Предупрежден, что в соответствии с действующим законодательством, ответственность за вред, причиненный моей дочерью/сыном имуществу несу я (ст.ст.1073,1074 Гражданского кодекса РФ).

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_\_ г. \_\_\_\_\_ Подпись

## СОГЛАНИЕ

на пребывание ребенка в лагере в условиях ограничительных мероприятий при профилактике заболеваний.

Я,  
(фамилия, имя, отчество (при наличии) гражданина) " \_\_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ г. рождения,  
зарегистрированный по адресу: \_\_\_\_\_

(адрес места жительства гражданина либо законного представителя) в интересах несовершеннолетнего

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ г. рождения зарегистрированного по адресу

в соответствии с действующим законодательством Российской Федерации, инструкциями и рекомендациями органов исполнительной власти Российской Федерации, локальными нормативно-правовыми актами о мерах, требованиях, правилах пребывания моего ребенка в лагере во время ограничительных мероприятий при профилактике заболеваний. По результатам ознакомления с представленными документами и информацией о пребывании моего ребенка в лагере во время ограничительных мероприятий при профилактике новой коронавирусной инфекции COVID-19, администрацией Лагеря (начальник лагеря, руководитель смены) в доступной для меня форме мне разъяснена возможность пребывания моего ребенка на территории лагеря, после чего я выражаю свое согласие на нахождение моего ребенка в лагере.

Мне разъяснено, что:

- встречи с ребенком во время нахождения его на территории лагеря проводится в согласованном месте;
  - общение с ребенком возможно в режиме онлайн или посредством телефонной связи;
  - передача дополнительных вещей, разрешенных на территории лагеря, перечень которых утвержден действующим санитарным законодательством РФ, средств личной гигиены для ребенка осуществляется только через официальных представителей лагеря (начальника лагеря, руководителя смены);
  - при передаче дополнительных вещей, разрешенных на территории лагеря, перечень которых утвержден действующим санитарным законодательством РФ, средств личной гигиены для ребенка мной в обязательном порядке должна быть использована медицинская маска перчатки;
  - в случае необходимости, при проявлении у моего ребенка признаков новой коронавирусной инфекции COVID-19 он будет изолирован от основной группы детей и возможно госпитализирован в медицинское учреждение специализированного профиля, а в случае нахождения моего ребенка в контакте с человеком, имеющим подозрение на новую коронавирусную инфекцию COVID-19 мой ребенок будет находиться в карантине;
  - в случае обнаружения заболеваний у людей, находившихся в контакте с моим ребенком до его отъезда в лагерь незамедлительно проинформировать об этом организацию по телефону 89000288200
- Работником лагеря (начальником лагеря, руководителем смены) мне разъяснено, что заболевания представляют опасность для окружающих, в связи с чем при возможном контакте с больным лица имеют высокий риск заражения, что особо опасно для людей старшего возраста, а также людей, страдающих хроническими заболеваниями.

Я предупрежден(а), что нарушение санитарно-эпидемиологических правил, повлекшее по неосторожности массовое заболевание, может повлечь привлечение к уголовной ответственности, предусмотренной статьей 236 Уголовного кодекса Российской Федерации. Сотрудником лагеря (начальником лагеря, руководителем смены) мне предоставлены информационные материалы по вопросам нахождения моего ребенка в лагере в условиях ограничительных мероприятий при профилактике заболеваний и общими рекомендациями по защите от инфекций, передающихся воздушно-капельным и контактным путем, их содержание мне разъяснено и полностью понятно.

Дата « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202 г.

Подпись \_\_\_\_\_

Фамилия, инициалы \_\_\_\_\_

**СОГЛАСИЕ**  
**на использование и обработку персональных данных**

Я, \_\_\_\_\_,  
**ФИО родителя или законного представителя**

паспорт \_\_\_\_\_, выдан

\_\_\_\_\_

|              |              |                   |
|--------------|--------------|-------------------|
| <b>серия</b> | <b>номер</b> | <b>когда, кем</b> |
|--------------|--------------|-------------------|

(в случае опекуна / попечительства указать реквизиты документа, на основании которого осуществляется опека или попечительство)

**адрес проживания** \_\_\_\_\_

являющийся родителем (законным представителем) ребенка

фамилия, имя, отчество ребенка

паспорт /свидетельство о рождении

\_\_\_\_\_

|              |              |                   |
|--------------|--------------|-------------------|
| <b>серия</b> | <b>номер</b> | <b>когда, кем</b> |
|--------------|--------------|-------------------|

**адрес проживания:** \_\_\_\_\_

на основании Семейного кодекса РФ и Федерального закона от 27.07.2006 г. № 152-ФЗ «О персональных данных» даю согласие на обработку своих персональных данных и персональных данных ребенка (далее Ребенок) Автономной некоммерческой организации «Спортивный клуб «Большая семейка», расположенные по адресу: 456206, Челябинская область, г. Златоуст, ул. Спортивная, д. 1/21. Перечень своих персональных данных, на обработку которых даю согласие: фамилия, имя, отчество, серия и номер паспорта, сведения о выдаче паспорта, включая дату выдачи и код подразделения, место регистрации и место фактического проживания, номер домашнего и мобильного телефона, место работы, занимаемая должность, номер служебного телефона, дополнительные данные, которые я

сообщил(а) в заявлении, договоре, других заполняемых мною документах.

Перечень персональных данных Ребенка, на обработку которых даю согласие: фамилия, имя, отчество, школа, класс, домашний адрес, дата регистрации по месту проживания, дата рождения, место рождения, серия и номер паспорта (свидетельства о рождении), сведения о выдаче паспорта (свидетельства о рождении), включая дату выдачи и код подразделения, серия и номер миграционной карты, вида на жительство, разрешения на временное проживание, телефон, адрес электронной почты, результаты участия Ребенка в различных олимпиадах, смотрах, конкурсах, соревнованиях и т.п., сведения о размере одежды, сведения о состоянии здоровья, дополнительные данные, которые я сообщил (а) в заявлении, договоре, других заполняемых мною документах.

Вышеуказанные персональные данные представлены с целью: использования АНО СК «Большая семейка» для формирования учреждением единого банка данных контингента детей в целях, индивидуального учета результатов усвоения детьми программ отдыха и оздоровления, хранения в архивах сведений об этих результатах; фото и видео съемки моего ребенка во время участия в программе и проектах, реализуемых в лагере; использования фото, видео и информационных материалов для коммерческих, рекламных и промо целей, связанных с деятельностью лагеря; использования при наполнении информационных ресурсов – сайта учреждения [www.bigfamily.su](http://www.bigfamily.su) а также в социальных сетях..

(фамилия, имя, отчество (при наличии) гражданина, контактный телефон)

\_\_\_\_\_  
(подпись) (фамилия, имя, отчество (при наличии) гражданина или законного представителя  
гражданина)

\_\_\_\_\_  
(подпись) (фамилия, имя, отчество (при наличии) работника организации)

\_\_\_\_\_  
(дата оформления)

**ОТКАЗ ОТ ПРИВИВОК  
(ЕСЛИ У ВАС НЕТ И ИНЫХ ПРИВИВОК, ТО НЕОБХОДИМО ДОПИСАТЬ ИХ В СВОБОДНОЙ ФОРМЕ)**

Я, \_\_\_\_\_, законный представитель несовершеннолетнего

ребенка \_\_\_\_\_,

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ г.р., проинформирован(а), что в целях предупреждения возникновения и

распространения инфекционных заболеваний на территории лагеря проведена противоклещевая обработка.  
В соответствии со ст.20 Федерального закона от 21 ноября 2011 г. № 323-ФЗ "Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации", проинформирован(а) о последствиях отказа от прививки. В связи с отказом от профилактической прививки против клещевого энцефалита, ответственность за здоровье ребенка при укусе клеща беру на себя.  
иные прививки (если прививки есть, то ставим прочерк):

\_\_\_\_\_ ответственность за здоровье ребенка в случае ухудшения здоровья по  
причине ее отсутствия беру на себя

\_\_\_\_\_ ответственность за здоровье ребенка в случае ухудшения здоровья по  
причине ее отсутствия беру на себя

\_\_\_\_\_ ответственность за здоровье ребенка в случае ухудшения здоровья по  
причине ее отсутствия беру на себя

\_\_\_\_\_ ответственность за здоровье ребенка в случае ухудшения здоровья по  
причине ее отсутствия беру на себя

\_\_\_\_\_  
(Число)

\_\_\_\_\_  
(Подпись)

## СОГЛАСИЕ

### на фото и видео съемку для отчетов, а также осмотр

Я даю разрешение на безвозмездное использование фото- и видеоматериалов, а также других информационных материалов с участием моего ребенка во внутренних и внешних коммуникациях, фотографии и изображение могут быть скопированы, представлены и сделаны достоянием общественности или адаптированы для использования любыми СМИ и любым способом, в частности в рекламных буклетах и во всех средствах массовой информации, ТВ, кинофильмах, видео, в Интернете, листовках, почтовых рассылках, каталогах, постерах, промо статьях, рекламной кампании, на упаковке, и т.д. при условии, что произведенные фотографии и видео не нанесут вред достоинству и репутации моего ребенка.

С вышеуказанными персональными данными могут быть совершены следующие действия: сбор, систематизация, накопление, автоматизированная обработка, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, передача вышеуказанных данных по запросу вышестоящей организации, по письменному запросу уполномоченных организаций, обезличивание и уничтожение персональных данных.

Я даю согласие на передачу всего объема персональных данных: в архив учреждения и (при необходимости) в другие архивы для хранения; транспортным компаниям; туристским и страховым компаниям; миграционной службе; медицинским и лечебным организациям и учреждениям; иным юридическим и физическим лицам – исключительно для нужд обеспечения участия Ребенка в программах отдыха и оздоровления (при обязательном условии соблюдения конфиденциальности персональных данных), а также на блокирование и уничтожение персональных данных.

Я согласен(-сна), что обработка персональных данных может осуществляться как с использованием автоматизированных средств, так и без таковых. Данное согласие действует на весь период пребывания Ребенка в лагере и срок хранения документов в соответствии с архивным законодательством.

Я оставляю за собой право отозвать настоящее согласие, письменно уведомив об этом лагерь. В случае получения моего письменного заявления об отзыве настоящего согласия лагерь обязан прекратить обработку или обеспечить прекращение обработки персональных данных и уничтожить или обеспечить уничтожение персональных данных в срок, не превышающий 30 дней с даты поступления указанного отзыва. Об уничтожении персональных данных лагерь обязан уведомить меня в письменной форме.

\_\_\_\_\_

(Число)

\_\_\_\_\_

(Подпись)

\_\_\_\_\_

(Инициалы)

Я даю согласие на личный осмотр и осмотр личных вещей при въезде на территорию моего ребенка в присутствии самого ребенка и родителя. При получении информации администрацией лагеря, что у моего ребенка имеются запрещенные предметы из списка запрещенных вещей,, даю согласие на личный осмотр и осмотр личных вещей ребенка в присутствии ребенка при условии, что меня поставят в известность по контактному телефону и только после устного разрешения.

Я подтверждаю, что давая такое согласие на проведение осмотра в целях обеспечения безопасности жизни и здоровья ребенка, наделенными соответствующими полномочиями должностными лицами и сотрудниками полиции личного осмотра и осмотра личных вещей моего ребенка, а также на осуществление иных действий, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации, я действую по собственной воле и в интересах своего ребенка.

\_\_\_\_\_

(Число)

\_\_\_\_\_

(Подпись)

\_\_\_\_\_

(Инициалы)

### Информированное добровольное согласие на медицинское вмешательство

Я, \_\_\_\_\_

(фамилия, имя, отчество родителя, законного представителя)

Проживающий (ая) по адресу: \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

законный представитель (мать, отец, усыновитель, опекун, попечитель) несовершеннолетнего (нужное подчеркнуть)

\_\_\_\_\_

(фамилия, имя, отчество несовершеннолетнего)

В соответствии с требованиями статьи № 20 Федерального закона от 21.11.2011 г. № 323 «Об основах охраны здоровья граждан в РФ», Федерального закона от 21.11.2013 г. № 317-ФЗ даю информированное добровольное согласие на медицинское вмешательство. Я доверяю медицинским работникам выполнение исследований, вмешательств и лучевых исследований, если такое будет продиктовано медицинской необходимостью и целесообразностью и выполнено в соответствии с действующими стандартами и правилами. Я даю согласие на проведение при необходимости следующих вмешательств:

1. Медицинский осмотр при заезде ребенка в лагерь
2. Систематический контроль за состоянием здоровья ребенка.
- 3 Систематический контроль за соблюдением правил личной гигиены ребенком, сроками проведения банных дней.
4. Своевременную изоляцию и/или госпитализацию, организацию лечения и ухода за ребёнком согласно стандартам оказания медицинской помощи и клиническим протоколам лечения, действующим на территории РФ.
5. Осмотр ребёнка на педикулёз, чесотку, микроспорию.
6. Осмотр, в том числе пальпацию, перкуссию, аускультацию, риноскопию, фарингоскопию, непрямую ларингоскопию.
7. Антропометрические исследования.
8. Термометрию.
9. Тонометрию.
10. Не инвазивные исследования органов зрения и зрительных функций.
11. Не инвазивные исследования органа слуха и слуховых функций.
12. Исследование функций нервной системы (чувствительной и двигательной сферы).

13. Введение лекарственных препаратов по назначению врача, в том числе внутримышечно, внутривенно, подкожно, внутрикожно.
14. Анестезиологическое пособие.
15. Закрытую репозицию при переломах.
16. Промывание желудка.
17. Очистительную и лечебную клизму.
18. Обработку ран и наложение повязок, швов.
19. Хирургическое лечение гнойно-некротических процессов.
20. Госпитализацию по медицинским показаниям в лечебные учреждения, находящиеся за пределами лагеря.

А также я даю согласие на иную медицинскую помощь, необходимую для сохранения жизни и здоровья моего ребёнка, включая доставку ребёнка в медицинские учреждения за пределами лагеря и возвращение обратно в лагерь, которое осуществляется медицинскими работниками лагеря.

Я также даю согласие на обработку необходимых персональных данных в объёме и способами, указанными в п. 1.3 ст.11 Федерального закона № 152-ФЗ «О персональных данных». Перечень персональных данных, на обработку которых даётся согласие субъекта персональных данных: фамилия, имя, отчество, дата и место рождения, адрес, контактный телефон, реквизиты, полис ОМС, страховой номер индивидуального лицевого счета в Пенсионном фонде России (СНИЛС), данные о состоянии здоровья, заболеваниях, случаях обращения за медицинской помощью, другая информация. Перечень действий с персональными данными, на совершение которых даётся согласие: сбор, систематизация, накопление, хранение, уточнение (обновление, изменение), использование, распространение (в том числе передача) в порядке, установленном законодательством РФ, обезличивание, блокирование, уничтожение персональных данных, иные действия. В доступной для меня форме мне разъяснены цели, методы оказания медицинской помощи, связанный с ними риск, возможные варианты медицинских вмешательств, их последствия, в том числе вероятность развития осложнений, возможность направления ребёнка на лечение в лечебно-профилактическое учреждение, а также предполагаемые результаты оказания медицинской помощи. Я ознакомлен (на) и согласен (на) со всеми пунктами настоящего документа, положения мне разъяснены, мною поняты. Настоящее согласие дано мной « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202 \_\_\_\_\_ г. и действует на время пребывания моего ребёнка в лагере. Я оставляю за собой право отозвать свое согласие посредством составления соответствующего письменного документа, который может быть направлен мной в адрес лагеря по почте заказным письмом с уведомлением о вручении, либо вручен лично под расписку представителю лагеря. При заболевании и госпитализации моего ребёнка в лечебные учреждения за пределы лагеря прошу вас проинформировать меня по следующим контактными данным:

(номер телефона) \_\_\_\_\_

Прочим лицам информацию о состоянии здоровья ребенка не предоставлять.

Законный представитель: \_\_\_\_\_

(подпись) (ФИО) \_\_\_\_\_

**Если вы не согласны подписывать документ о добровольном медицинском вмешательстве – это ваше полное законное право! Вместо подписи необходимо поставить отметку - ОТКАЗ**