



УТВЕРЖДАЮ
Директор ООО «Бермуды бай»
Гаевская И.М.

ПРАВИЛА ПРЕБЫВАНИЯ В ДЕТСКОМ ЗАГОРОДНОМ КОМПЛЕКСЕ АКТИВНОГО ОТДЫХА “БЕРМУДЫ”

Находясь в детском загородном комплексе активного отдыха “Бермуды”, каждый отдыхающий должен соблюдать определенные правила, благодаря чему его пребывание, как и других отдыхающих, будет комфортным и безопасным

Общие правила поведения отдыхающих в загородном комплексе активного отдыха “Бермуды” (далее – Комплекс)

Каждый отдыхающий обязан:

1. Соблюдать все установленные в Комплексе правила, в том числе правила противопожарной безопасности, электробезопасности, правила поведения при организации экскурсий, посещения процедур, спортивных объектов, мероприятий, дискотек и т.д. на территории Комплекса.
2. Строго соблюдать распорядок дня, общие санитарно-гигиенические нормы (умываться, причесываться, принимать душ, одеваться по погоде, поддерживать чистоту и порядок, убирать за собой свои вещи и мусор).
3. Находиться постоянно вместе с отрядом. При необходимости отлучиться обязательно разрешение своего вожатого (воспитателя).
4. Беречь зеленые насаждения на территории Комплекса, соблюдать чистоту в комнатах, местах общего пользования.
5. Выполнять требования работников Комплекса, адекватно реагировать на замечания взрослых.
6. Не употреблять в пищу незнакомые ягоды, грибы, плоды и прочие растения.
7. В случае недомогания, ухудшения самочувствия сообщать вожатым (воспитателям) и обратиться за медицинской помощью в медпункт.
8. Соблюдать правила поведения в общественных местах (словами, действиями и поведением не мешать окружающим, не оскорблять их

- честь и достоинство, уважать труд работников Комплекса и право на отдых других отдыхающих).
9. Бережно относиться к личному имуществу, имуществу других отдыхающих и имуществу Исполнителя.
 10. Выезд за территорию Комплекса допускается только с разрешения руководителя Комплекса или старшего педагога.
 11. На территории Комплекса не допускается распитие спиртных напитков, самостоятельный выход за территорию в дневное и ночное время, порча личных вещей и продуктов питания других отдыхающих и/или Исполнителя, оскорбление, унижение человеческого достоинства, использование нецензурной лексики (мата) в общении, запрещенной символики, совершение иных действий провокационного и (или) хулиганского характера, противоречащих социальным, духовным и моральным обычаям, здоровому физическому и психическому развитию детей.
 12. Законные представители отдыхающего несут материальную ответственность за причиненный им вред и нанесенный ущерб имуществу других отдыхающих и имуществу Исполнителя.

Правила противопожарной безопасности

1. Отдыхающему необходимо знать план эвакуации спального корпуса, ресторана-столовой, актового зала, учебных классов. В случае обнаружения признаков возгорания незамедлительно покинуть здание и сообщить любому взрослому.
2. Запрещается разводить огонь в помещениях и на территории Комплекса.
3. Не разрешается пользоваться электроприборами без разрешения вожатого (воспитателя).
4. На территории Комплекса запрещено курение, употребление курительных смесей, вейпов, электронных сигарет, пользование спичками, зажигалками, поджоги веток, ветоши и т.п., самостоятельное разведение костров и иные действия с открытым огнем.
5. Легковоспламеняющиеся предметы следует сдать на хранение вожатым.
6. Не разрешается трогать провисающие, торчащие провода. О наличии таких проводов следует немедленно сообщить вожатому (воспитателю).

Правила поведения во время массовых мероприятий

1. При проведении физкультурных, спортивных и развлекательных мероприятий следует находиться вместе с отрядом. Отойти можно только в сопровождении или с разрешения вожатого (сопровождающего).
2. Развлекательные мероприятия, конкурсы следует посещать в соответствующей одежде и обуви. Если это не предполагается сценарием, нельзя появляться на мероприятиях в купальнике, без обуви.

3. Спортивные мероприятия следует посещать только в спортивной одежде и обуви.
4. Нельзя приходить в ресторан-столовую босиком, без верхней одежды.
5. При проведении любых мероприятий на открытых площадках в солнечную погоду наличие **головного убора обязательно**.
6. Следует соблюдать правила этикета в общественных местах (не шуметь, не толкаться, не свистеть, не топтать ногами, не выкрикивать, ругаться нецензурной бранью).
7. Знать и соблюдать правила безопасности при участии в следующих

физкультурно-спортивных мероприятиях :

Перечень возможных физкультурно-спортивных мероприятий в ЗКАО «Бермуды»

	Название мероприятия
1	Личное первенство по прыжкам через скакалку за 30 сек *
2	Олимпийские игры (1.Подтягивание 2. Прыжки на большой скакалке 3. пресс живота - подъем туловища с гимнастического коврика при удержании ног, 4. наклон вперед из положения сидя(на гимнастическом коврике) 5. Броски баскетбольного мяча в баскетбольную корзину 6. Набивание мяча на теннисной ракетке(большой теннис) , 6. Метание мяча (мяч для метания) 7. Боулинг
4	Спортландия « Быстрее! Выше! Сильнее!» * Эстафеты на футбольном поле.
5	Первенство по настольному теннису.
6	Первенство по футболу.
7	Турнир по шашкам
8	Первенство по волейболу (пионерболу)
9	Турнир по шахматам
10	Перетягивание каната
11	Спортивная викторина
12	Первенство по игре «Два капитана» (выбивало)
13	День прыгуна Прыжки в длину с места на асфальтированной площадке.
14	Чемпионат по игре в «Дартс»
15	Бег на 30 метров. (Набивное покрытие – гранитный отсев)
16	Спортивная ходьба (Набивное покрытие – гранитный отсев)

Правила по мерам безопасности отдыхающих при участии в физкультурно-спортивном мероприятии на территории Загородного комплекса Бермуды

I. Общие требования безопасности

Отдыхающий обязан:

- иметь опрятную спортивную форму (трусы, майку, футболку, спортивный костюм, трико, чистую обувь: кеды, кроссовки), соответствующую погодным условиям и теме спортивно-массового мероприятия;

бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и использовать его по назначению;

знать и выполнять инструкцию по мерам безопасности.

Участнику нельзя:

- заниматься на непросохшей площадке, скользком и неровном грунте.

II. Требования безопасности перед началом спортивно-массового мероприятия

Участник обязан:

- надеть на себя спортивную одежду и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других участников (серьги, часы, браслеты и т. д.);
- убрать из карманов спортивной одежды колющиеся и другие посторонние предметы;

III. Требования безопасности во время спортивно-массового мероприятия

Участник обязан:

внимательно слушать и четко выполнять команды стюарда

- брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения стюарда;

- во время передвижений смотреть вперед, соблюдать достаточные интервал и дистанцию, избегать столкновений;

- выполнять упражнения с исправным инвентарем и заниматься только на исправном оборудовании.

Участнику нельзя:

- толкаться, ставить подножки в строю и движении;
- залезать на баскетбольные фермы, виснуть на кольцах;
- жевать жевательную резинку;

- выполнять упражнения с влажными ладонями;
- резко изменять направление своего движения.

IV. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных

ситуациях

Участник должен:

- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность стюарда и/или сопровождающего и/или медицинского работника;

Правила поведения в автобусах, при трансфере

1. Посадка в автобус производится по команде экскурсовода (вожатого, воспитателя).
2. Во время движения автобуса не разрешается стоять, ходить по салону. Нельзя высовываться из окна и выставлять руки в окно.
3. При резком торможении необходимо держаться за поручни.
4. В случае появления признаков укачивания или тошноты надо сразу сообщить водителю (воспитателю).
5. Вставать с места можно только после полной остановки автобуса по команде вожатого (воспитателя).
6. Выход из автобуса производится через переднюю дверь. После выхода из автобуса не разбредаться, собраться в указанном месте и следовать указаниям вожатого (воспитателя). Нельзя самостоятельно выходить на проезжую часть и перебегать улицу.

КАТЕГОРИЧЕСКИ ЗАПРЕЩАЕТСЯ!

1. **Находиться у водоёма, купаться в нём, самостоятельно покидать территорию Комплекса**
2. Находиться на объектах повышенной опасности Комплекса (стадионе, ФОКе, качелях, тарзанке, турниках и т.п.) на костровой без сопровождения вожатого (воспитателя).
3. Курить (включая вейпы, электронные сигареты), употреблять любые алкогольные напитки, запрещенные медицинские препараты, наркотические вещества.
4. Хранить и употреблять вещества в аэрозольной упаковке, взрывоопасные и токсические вещества, продукты питания без холодильника.
5. В течение всего времени пребывания в Комплексе хранение и употребление скоропортящихся продуктов **СТРОГО ЗАПРЕЩЕНО.**

6. Пользоваться мобильными устройствами вне положенного времени.
7. Шуметь после отбоя (22.30)
8. Забивать инородными предметами (яблоками, рулонами туалетной бумаги, бумажными полотенцами и т.д.) унитазы, душевые кабинки, умывальники, лить в мусорные ведра любые жидкости и т.д.
9. Сидеть на подоконниках у открытого окна, перелезать через перила, залазить и свешиваться с балконов, открывать самостоятельно окна (открывают и проветривают помещения работники Комплекса).
10. Кормить и трогать животных, находящихся в зоопарке лагеря, бросать в клетки с животными различные предметы, вырывать хвосты у птиц.
11. Выносить, ломать, портить имущество Комплекса (спортивный инвентарь, постельные принадлежности, настольные игры и т.д.) разбрасывать их по территории Комплекса.
12. Посетителям запрещено передавать, а отдыхающим – хранить и употреблять продукты питания, запрещенные по санитарно-эпидемиологическим нормам при пребывании в Комплексе (чипсы, острые сухарики, шоколад, содержащие шоколад изделия, Coca-Cola, газированную и бутилированную воду **объемом более 0,5л.**, соки **объемом более 0,25л**, продукция фаст фуда, пиццы, супы и смеси быстрого приготовления (РОЛТОН и т.д.) и скоропортящиеся продукты: копчености, ягоды, йогурты, молочные, мясные продукты и т.п.), любые алкогольные напитки, табачные и никотиносодержащие изделия, наркотические вещества или их отдельные компоненты.
Разрешены напитки объемом не более 0,5 литра (Кроме СОСА-COLA), соки объем не более 0,25 литра, печенье, сухари, желатинки, карамельные конфеты.

13. Вход посторонних лиц, в том числе законных представителей, на территорию Комплекса СТРОГО ЗАПРЕЩЁН.

За нанесённый ущерб и причинённый вред отдыхающим законные представители несут полную материальную ответственность в размере причиненного ущерба (вреда) и иную ответственность в соответствии с законодательством.

**В связи с профилактическими мероприятиями по недопущению распространения вируса гепатита А, предотвращению проникновения других инфекционных и вирусных заболеваний на территорию загородного комплекса активного отдыха “Бермуды”,
РОДИТЕЛЬСКИЙ ДЕНЬ организовываться НЕ БУДЕТ.**

Не совершеннолетние отдыхающие не могут выйти за территорию загородного комплекса Бермуды для встречи с законными представителями на протяжении всей смены.

В случае острой необходимости возможно осуществление почтового отправления с оплатой доставки по адресу:

**202128, Лесной массив, 500 метров севернее
д. Петровщина, Молодечненский район
Минская область, ЗКАО «Бермуды»
Ф.И.О. ребенка,
номер отряда**

За нарушение настоящих Правил пребывания и внутреннего распорядка Комплекса отдыхающий может быть досрочно отчислен из Комплекса без возврата денежных средств за неиспользованные дни пребывания.

ВВОДНЫЙ ИНСТРУКТАЖ ДЛЯ ОТДЫХАЮЩИХ В ЗКАО «БЕРМУДЫ»

**По мерам безопасности отдыхающих
при участии в физкультурно-спортивном мероприятии на территории Загородного комплекса БЕРМУДЫ.**

V. Общие требования безопасности

Отдыхающий обязан:

- иметь опрятную спортивную форму (трусы, майку, футболку, спортивный костюм, трико, чистую обувь: кеды, кроссовки), соответствующую погодным условиям и теме спортивно-массового мероприятия;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и использовать его по назначению;
- знать и выполнять инструкцию по мерам безопасности.

Участнику нельзя:

- заниматься на непросохшей площадке, скользком и неровном грунте.

VI. Требования безопасности перед началом спортивно-массового мероприятия

Участник обязан:

- надеть на себя спортивную одежду и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других участников (серьги, часы, браслеты и т. д.);
- убрать из карманов спортивной одежды колющиеся и другие посторонние предметы;

VII. Требования безопасности

- ***Участник обязан:***

внимательно слушать и четко выполнять команды стюарда

- брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения стюарда;
- во время передвижений смотреть вперед, соблюдать достаточные интервал и дистанцию, избегать столкновений;
- выполнять упражнения с исправным инвентарем и заниматься только на исправном оборудовании.
 - **Участнику нельзя:**
- толкаться, ставить подножки в строю и движении;
- залезать на баскетбольные фермы, виснуть на кольцах;
- жевать жевательную резинку;
- выполнять упражнения с влажными ладонями;
- резко изменять направление и скорость своего движения.

VIII. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях

Участник должен:

- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность стюарда и/или сопровождающего и/или медицинского работника;

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении физкультурно-спортивного мероприятия по легкой атлетике

ИОТ - 018 - 2003

1. Общие требования охраны труда.

При проведении спортивно-массового мероприятия по легкой атлетике возможно воздействие на участников следующих опасных факторов:

- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- травмы при нахождении в зоне броска во время занятий по метанию;

1.1. При проведении спортивно-массового мероприятия по легкой атлетике должна быть медаптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.2. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщать стюарду, который сообщает об этом медицинскому работнику и администрации «Бермуды Бай» ООО. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом стюарду.

1.3. В процессе проведения спортивно-массового мероприятия участник должны соблюдать порядок проведения мероприятия и правила личной гигиены.

2. Требования охраны труда перед началом мероприятия.

- 2.1. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- 2.2. Протереть насухо спортивные снаряды для метания (диск, ядро, гранату, мяч для метания т.д.).

3. Требования охраны труда во время мероприятия.

- 3.1. При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке. Дорожка должна продолжаться не менее чем на 10м за финишную отметку.
- 3.2. Во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановку.
- 3.3. Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, не приземляться при прыжках на руки.
- 3.4. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.
- 3.5. Не производить метания без разрешения стюарда.
- 3.6. Не стоять справа от метаемого, не находиться в зоне броска, не ходить за снарядами для метания без разрешения стюарда.
- 3.7. Не подавать снаряд для метания друг другу броском.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

- 4.1. При плохом самочувствии прекратить участие и сообщить об этом стюарду.
- 4.2. При получении травмы немедленно сообщить об этом стюарду и/или сопровождающему и/или медицинскому работнику или администрации учреждения.

5. Требования охраны труда по окончании мероприятия.

- 5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- 5.2. Вымыть лицо и руки с мылом.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении мероприятия по спортивным и подвижным играм (футбол, волейбол, баскетбол, теннис и др.)

ИОТ - 021 - 2003

1. Общие требования охраны труда.

1.1. При проведении мероприятия по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на участников опасных факторов:

- травмы при столкновениях;
- нарушение правил проведения игры;
- при падениях на мокром, скользком полу или площадке.

1.2. Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.3. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания

первой помощи при травмах.

1.4. О каждом несчастном случае стюард обязан немедленно сообщать администрации учреждения и медицинскому работнику, оказать первую помощь пострадавшему.

1.5. В процессе спортивно-массового мероприятия участники должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены..

2. Требования охраны труда перед началом мероприятия.

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Проверить надежность установки и крепления стоек и перекладин футбольных ворот, баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования.

2.3. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке.

3. Требования охраны труда во время мероприятия.

3.1. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) стюарда мероприятия.

3.2. Строго выполнять правила проведения подвижной игры.

3.3. Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) стюарда мероприятия.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом стюарду мероприятия и администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

4.2. При получении обучающимися травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования охраны труда по окончании мероприятия.

5.1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь .

5.2. Вымыть лицо и руки с мылом.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении физкультурно-спортивного мероприятия по гимнастике

ИОТ - 017 - 2003

1. Общие требования охраны труда

1.1. При проведении мероприятия по гимнастике возможно воздействие на участников следующих опасных факторов:

- травмы при выполнении упражнений на неисправных спортивных снарядах
- травмы при выполнении упражнений на спортивных снарядах с влажными ладонями, а также на загрязненных снарядах.

1.2. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить стюарду мероприятия, который сообщает об этом администрации учреждения. При неисправности спортивного оборудования прекратить занятия и сообщить об этом стюарду мероприятия.

1.3. В процессе мероприятия участники должны соблюдать порядок выполнения упражнений и правил личной гигиены.

2. Требования охраны труда перед началом мероприятия.

2.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Убедиться в том, что гриф перекладины сухой.

2.3. Проверить надежность крепления перекладины, брусьев.

2.4. В местах соскоков со снарядов убрать любые посторонние предметы.

3. Требования охраны труда во время мероприятия.

3.1. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах стюарду мероприятия или его помощника.

3.2. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах с влажными ладонями.

3.3. Не стоять близко к спортивному снаряду при выполнении упражнений другим участником.

3.4. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая.

3.5. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

4.1. При появлении во время мероприятия боли в руках, покраснения кожи или потертостей на ладонях, а также при плохом самочувствии, прекратить выполнение упражнений и сообщить об этом стюарду мероприятия.

4.2. При получении травмы немедленно вызвать медицинского работника для оказания первой помощи пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения.

5. Требования охраны труда по окончании мероприятия.

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

5.2. Протереть гриф перекладины сухой ветошью.

5.3. Тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

**Инструкция по охране труда
при проведении спортивных соревнований
ИОТ - 022 - 2001**

1. Общие требования безопасности

1.1. Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.

1.2. При проведении спортивных соревнований возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

- травмы при проведении спортивных соревнований с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;
- травмы при падении на скользком фунте или твердом покрытии;
- травмы во время прыжков в длину или высоту при неподготовленной прыжковой яме;
- травмы при нахождении в зоне броска во время спортивных соревнований по метанию;
- травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре, при падениях во время спуска с горы на лыжах или при прыжках с лыжного трамплина;
- обморожения при проведении спортивных соревнований по лыжам при ветре более 1,5-2,0 м/с и при температуре воздуха ниже -20о С;
- травмы и утопления во время проведения спортивных соревнований по плаванию при прыжках в воду головой вниз на мелком месте или нахождении рядом других участников соревнований;

1.3. Спортивные соревнования необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующих виду соревнования, сезону и погоде.

1.4. При проведении спортивных соревнований должна быть медаптечка укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.5. О каждом несчастном случае с участниками спортивных соревнований немедленно сообщить руководителю соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования соревнования прекратить и сообщить об этом руководителю соревнований.

1.6. Во время спортивных соревнований участники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

2. Требования безопасности перед началом соревнований.

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой,

соответствующую сезону и погоде.

2.2. Проверить исправность и надежность установки спортивного инвентаря и оборудования.

2.3. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме - месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.

2.4. В местах соскоков со спортивных снарядов убрать любые посторонние предметы.

2.5. Провести разминку.

3. Требования безопасности во время соревнований.

3.1. Начинать соревнования и заканчивать их только по сигналу (команде) судьи соревнований.

3.2. Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые судьей соревнований.

3. Избегать столкновений с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам.

3.1. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.2. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.

3.3. Перед прыжками в воду посмотреть отсутствие вблизи других участников соревнований.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

4.1. При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом судье соревнований. Соревнования продолжать только после устранения неисправности или замене спортивного инвентаря и оборудования.

4.2. При плохом самочувствии прекратить участие в спортивных соревнованиях и сообщить об этом судье соревнований.

4.3. При получении травмы участником соревнований немедленно сообщить об этом судье соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании соревнований

5.1. Проверить по списку наличие всех участников соревнований.

5.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

5.3. Тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении занятий по единоборствам

Стюард обязан:

1. Выдерживать постепенность подготовки к единоборствам:
 - специальная физическая подготовка (набивка ударных и защитных поверхностей тела, укрепление связок и др.);
 - изучение техники единоборств с партнерами, не оказывающими сопротивления (приемов, способов их применения, переходов с приема на прием, комбинаций приемов);
 - освоение указанных элементов единоборства с партнерами, оказывающими пассивное, а затем, активное сопротивление;
 - освоение тактики единоборства с ограниченным силовым контактом;
 - практика свободного единоборства с ограниченным силовым контактом;
 - учебная практика свободного единоборства с полным силовым контактом по специальным правилам.

2. Лично контролировать соответствие учебно-материальной базы содержанию занятия:
 - состояние рабочей поверхности (укладка татами, отсутствие выступающих предметов на местности и т.п.);
 - состояние макетов средств защиты и нападения (палка, нож, пистолет, автомат, наручники и др.);
 - состояние средств индивидуальной защиты.

3. Обеспечить качественное проведение подготовительной части занятия (инструктаж, общая и специальная части разминки).

4. Обеспечить оптимальное размещение и передвижение обучающихся (зоны безопасности, направление бросков партнеров, дистанция и интервал при фронтальном выполнении заданий группой в движении и др.).

5. Лично руководить всеми схватками в рамках учебной практики:
 - проводить дополнительный инструктаж по технике безопасности;
 - допускать к схватке только лиц прошедших все этапы обучения и сдавших правила техники безопасности и квалификационные требования по тактико-технической подготовке к единоборству;
 - формировать состав участников схватки с учетом уровня подготовленности каждого бойца и его весовой категории;
 - немедленно пресекать любые проявления неконтролируемого поведения (техника, психика);
 - немедленно прекращать бой в опасной для здоровья ситуации (акцентированные удары в голову, скручивание позвоночника, выход на зоны безопасности и др.);

организовать немедленное оказание первой помощи при возникновении травмы.

При нарушении указанных требований преподаватели несут ответственность за возникновение травмы.

За подготовку к занятиям учебно-материальной базы ответственность несет начальник кабинета.

Участник должен:

1. нести личную ответственность за знание, правильное понимание и выполнение:

- общих требований техники безопасности, определенных настоящей инструкцией;
- правил ведения всех схваток рукопашного боя.

2. Категорически запрещается:

- выполнение действий, заведомо способствующих возникновению травмы (акцентированная атака в полностью незащищенную по той или иной причине голову, добивание противника в состоянии нокдауна, бросок противника за зоной безопасности, на канаты ринга и т.п.);

- выполнение действий в режиме “неконтролируемой техники” (неподготовленные, спонтанные действия без учета обстановки боя, контроля траектории атаки, ее цели и степени поражения, рассчитанные на психологическое подавление противника и т.п.);

- выполнение ударов: рукой без боксерских перчаток, открытой перчаткой, головой, в голову локтем или коленом, в голову, в затылок и сверху, в шею и горло, в позвоночник и поясницу, в пах и низ живота, в колено и голень спереди, акцентированных ударов по лежащему противнику;

- выполнение действий в захвате: бросков на голову, с падением на противника всем телом, упоров локтем и коленом, прыжков на лежащего противника, болевых приемов на позвоночник и скручивание шеи, болевых приемов на промежность, пальцы, глаза, ушные раковины, царапанья, кусаная, щипковых приемов.

При нарушении указанных требований участники несут ответственность за возникновение травмы.