

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «СВИМТАЙМ»

УТВЕРЖДЕНО
Приказ директора
ООО «СвимТайм»
«19 » июля 2021 г. № б/н

ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ для посетителей

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. В настоящих Правилах применяются следующие основные термины и их определения:

1.1.1. вожатые – сотрудник Общества, который организует выполнение программы лагеря;

1.1.2. занятия физической культурой и спортом - спортивные, спортивно-массовые, физкультурно-оздоровительные мероприятия, проводимые Обществом, в том числе при оказании соответствующих услуг Обществом в сфере физической культуры и спорта. К занятиям физической культурой и спортом, проводимым Обществом, в частности, относятся:

1.1.2.1. услуги в бассейне (обучение плаванию, инклюзивное плавание, аквааэробика, самостоятельное плавание, плавание для беременных, плавание с мамой и т.п.);

1.1.2.2. проведение спортивных соревнований;

1.1.2.3. проведение иных занятий физической культурой и спортом: онлайн-тренировки по сухому плаванию (общая физическая подготовка для пловцов на суше), стретчинг, фитнес, фитнес «мама и ребенок», корректирующая гимнастика и т.п.;

1.1.3. общество – ООО «СвимТайм»;

1.1.4. помещения Общества – помещения, в которых Обществом проводятся занятия физической культурой и спортом, оказываются иные услуги, служебные помещения, а также вспомогательные помещения (раздевалки, коридоры, туалеты, душевые и т.п.);

1.1.5. посетители – лица, которые:

1.1.5.1. посещают занятия физической культурой и спортом, проводимые Обществом и (или)

1.1.5.2. пользуются услугами Общества и (или)

1.1.5.3. находятся в помещениях Общества;

1.1.6. сотрудник – физическое лицо, которое на основании трудового или гражданско-правового договора выполняет работы и (или) оказывает услуги в интересах Общества (тренер, специалист по работе с клиентами, педагогический работник, вожатый и другие – в зависимости от функций, которые выполняют эти сотрудники);

1.1.7. спортивные мероприятия - спортивные соревнования и подготовка к ним;

1.1.8. спортивная подготовка - комплексный, планируемый процесс подготовки спортсменов (команд спортсменов), направленный на совершенствование их спортивного мастерства и достижение спортивных результатов;

1.1.9. спортивное соревнование - состязание среди спортсменов (команд спортсменов) по виду (видам) спорта в целях определения победителей, спортивных результатов, проводимое в соответствии с правилами спортивных соревнований по виду спорта и положением о проведении (регламентом проведения) спортивного соревнования;

1.1.10. тренер - физическое лицо, осуществляющее физическое воспитание спортсменов в процессе их спортивной подготовки, иных физических лиц в процессе проведения физкультурно-оздоровительной, спортивно-массовой работы, проведение иных мероприятий, необходимых для спортивной подготовки спортсменов (команд спортсменов), а также руководство тренировочной и (или) соревновательной работой спортсменов (команд спортсменов);

1.1.11. услуги – любые услуги, которые оказываются, и работы, которые выполняются Обществом, в том числе проведение занятий физической культурой и спортом, ведение Обществом торговли и осуществление общественного питания;

1.1.12. физическая подготовка - процесс использования средств, методов, форм и условий занятий физическими упражнениями, позволяющий направленно воздействовать на физическое развитие человека;

1.1.13. физическое воспитание - комплексный процесс, направленный на физическое развитие человека, приобретение им умений, навыков и знаний в сфере физической культуры и спорта в целях формирования всесторонне развитого и физически здорового человека, включающий физическую подготовку;

1.1.14. физкультурно-оздоровительное мероприятие - мероприятие оздоровительного характера, направленное на укрепление здоровья в процессе физического воспитания.

1.2. Настоящие правила (далее – Правила) регулируют вопросы безопасного проведения занятий физической культурой и спортом, оказания иных услуг Обществом, вопросы поведения посетителей в помещениях Общества.

1.3. Посетитель обязан:

1.3.1. вести себя корректно по отношению к сотрудникам Общества и другим посетителям;

1.3.2. спокойным шагом, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, перемещаться в помещениях Общества; быть особенно внимательным в местах повышенной опасности (лестницы, душевые, помещение бассейна и т.п.);

1.3.3. соблюдать чистоту в помещениях Общества;

1.3.4. соблюдать правила личной гигиены, санитарные нормы и правила;

1.3.5. самостоятельно соблюдать необходимые меры безопасности во время нахождения в раздевалке, душевой, других помещениях Общества до и после оказания услуг и несет полную ответственность за их нарушение;

1.3.6. самостоятельно организовать для себя безопасные условия при оказании Обществом онлайн услуг;

1.3.7. самостоятельно адекватно оценивать состояние своего здоровья и возможности своего организма, с учетом этого выполнять физические упражнения и совершать иные активности или воздержаться от них;

1.3.8. знать и строго соблюдать Правила, другие распоряжения и локальные нормативные правовые акты Общества, регулирующие поведение посетителей в помещениях Общества.

1.4. Посетителю запрещается:

1.4.1. без разрешения уполномоченных сотрудников Общества подходить к имеющемуся в помещениях Общества оборудованию и пользоваться им;

1.4.2. опаздывать на занятия;

1.4.3. входить в технические и служебные помещения без разрешения сотрудников Общества;

1.4.4. осуществлять аудиозапись, видео- и фотосъемку в помещениях Общества без согласия уполномоченных сотрудников Общества;

1.4.5. резко открывать двери и виснуть на них, выключать свет, трогать плафоны, вставлять в розетки посторонние предметы;

- 1.4.6. самостоятельно открывать окна в помещениях Общества;
- 1.4.7. трогать руками электрические розетки;
- 1.4.8. проносить в помещения Общества, оружие, колюще-режущие предметы, взрывчатые и легковоспламеняющиеся вещества и иные предметы, которые могут причинить вред имуществу, сотрудникам и посетителям;
- 1.4.9. приходить и находиться в помещениях Общества в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения, курить и употреблять спиртные напитки (в том числе и на прилегающей территории);
- 1.4.10. входить в помещения Общества с домашними животными, велосипедами, самокатами и т.п.;
- 1.4.11. садиться на трубы и радиаторы водяного отопления;
- 1.4.12. использовать помещения Общества для осуществления какой-либо предпринимательской или иной хозяйственной деятельности, в том числе для реализации товаров, работ, услуг, рекламы и других маркетинговых мероприятий, предложения своих услуг другим посетителям;
- 1.4.13. входить в помещения Общества, пользоваться которыми могут только лица противоположного пола (туалеты, раздевалки, душевые и т.п.);
- 1.4.14. законным представителям несовершеннолетних и другим сопровождающим их лицам запрещается входить в помещения Общества, где непосредственно оказываются услуги, сопровождать несовершеннолетних в такие помещения без разрешения сотрудника Общества. Законные представители и другие сопровождающие ожидают окончания занятий или других услуг в холле.
- 1.5. К оказанию услуг Обществом не допускаются посетители:
 - 1.5.1. страдающие инфекционными, острыми вирусными, иными заболеваниями и недомоганиями, которые могут представлять опасность для личного здоровья и безопасности, а также для здоровья и безопасности других посетителей;
 - 1.5.2. поведение которых представляет угрозу порядку, безопасности или противоречит принятым в обществе правилам поведения;
 - 1.5.3. не оплатившие услуги в установленном порядке.
- 1.6. Общество не несет ответственность за:
 - 1.6.1. последствия, возникшие в результате нарушения посетителями Правил, правил техники безопасности, пожарной безопасности;
 - 1.6.2. травмы, возникшие при проведении самостоятельной тренировки;
 - 1.6.3. травмы, полученные от противоправного действия третьих лиц;
 - 1.6.4. оставленные в шкафчиках, а также за оставленные и утерянные в помещениях Общества личные вещи, в том числе, ценные вещи посетителей;
 - 1.6.5. вред, связанный с ухудшением здоровья посетителя, если состояние здоровья ухудшилось в результате острого заболевания, обострения травмы или хронического заболевания, имевшегося до момента посещения;
 - 1.6.6. неудобства, связанные с проведением сезонных профилактических и ремонтно-строительных работ.
- 1.7. Общество вправе вести аудиозапись и видеонаблюдение в помещениях Общества в целях улучшения качества услуг.
- 1.8. Правила являются обязательными для исполнения посетителями и другими лицами, которые названы в соответствующих нормах Правил.
- 1.9. Перед оплатой или использованием услугами Общества посетитель, его законный представитель и иной сопровождающий несовершеннолетнего посетителя обязаны ознакомиться с текстом Правил. Посетитель, его законный представитель и иной сопровождающий несовершеннолетнего посетителя обязаны по требованию Общества знакомиться под роспись с текстом Правил и их изменений.
- 1.10. Оплата услуг и пользование услугами Общества является подтверждением того, что посетитель, его законный представитель и иной сопровождающий несовершеннолетнего

посетителя ознакомлены с Правилами, полностью с ними согласны и обязуются их соблюдать, неся ответственность в случае их нарушения. Указанные лица обязаны периодически по мере необходимости, но не реже 1 раза в 6 месяцев знакомиться с актуальными Правилами, размещенными на сайте Общества в сети интернет.

1.11. Законные представители и иные сопровождающие несовершеннолетних посетителей обязаны в индивидуальном порядке разъяснить последним Правила до начала пользования услугами Общества, а также периодически - по мере необходимости, но не реже 1 раза в 6 месяцев. После разъяснения Правил указанные лица должны проверить знание Правил у несовершеннолетних лиц. Законные представители и иные сопровождающие несовершеннолетних посетителей несут ответственность за невыполнение требований настоящего пункта.

1.12. За несоблюдение Правил, а также требований законодательства Республики Беларусь (вне зависимости от наличия вины посетителя), в том числе санитарных норм и правил, посетителю может быть отказано в оказании услуг Обществом без возврата уплаченных за услуги денежных средств.

1.13. Правила доводятся до общего сведения путем размещения на сайте www.plavanie.by и (или) www.swimming.by и (или) в приложении «Школа плавания «Swimming.By», другими способами. Общество вправе в одностороннем порядке изменять Правила путем размещения новой редакции Правил на сайте www.plavanie.by и (или) www.swimming.by и (или) в приложении «Школа плавания «Swimming.By». В таком случае изменения вступают в силу со дня, следующего за днем размещения новой редакции Правил, если иное не предусмотрено новой редакцией Правил. Посетители и другие лица, которые названы в соответствующих нормах Правил, обязаны отслеживать изменения Правил и несут риски, связанные с этим. В случае их несогласия с Правилами или изменениями Правил, они должны отказаться от дальнейшего пользования услугами Общества. Молчание (отсутствие факта отказа от дальнейшего пользования услугами) признается согласием с Правилами и их изменениями.

1.14. Перед началом пользования услугами Общества посетители, законные представители и иные сопровождающие несовершеннолетних посетителей обязаны ознакомиться с рисками для жизни и здоровья посетителей, связанными с оказываемыми Обществом услугами, в том числе при оказании услуг третьими лицами, привлекаемыми Обществом (при оказании услуг детского лагеря и в других случаях).

1.15. Пользуясь услугами Общества посетители, законные представители и иные сопровождающие несовершеннолетних посетителей этим подтверждают, что:

1.15.1. полностью проинформированы и осознают, что, пользование услугами может являться источником повышенной опасности, причиной причинения вреда жизни или здоровью;

1.15.2. у посетителя отсутствуют медицинские противопоказания, а также любые другие обстоятельства, которые могут препятствовать безопасному оказанию услуг;

1.15.3. осознают, что оказание услуг при наличии у посетителя медицинских противопоказаний может привести к негативным последствиям для его здоровья или жизни;

1.15.4. ознакомлены с договором о платных услугах, размещенным на сайте www.plavanie.by и (или) www.swimming.by и (или) в приложении «Школа плавания «Swimming.By».

2. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

2.1. Занятия физической культурой и спортом проводятся только под руководством тренера.

2.2. К занятиям физической культурой и спортом допускаются посетители, своевременно прошедшие медицинский осмотр, инструктаж по вопросам безопасности занятий физической культурой и спортом, профилактики и предупреждения травматизма, оказания первой помощи при несчастных случаях.

2.3. Лица в состоянии алкогольного и наркотического опьянения к занятиям не допускаются.

2.4. Посетитель занятий физической культурой и спортом обязан:

2.4.1. иметь медицинский допуск к занятиям физической культурой и спортом;

2.4.2. выполнять требования безопасного поведения при проведении занятий физической культурой и спортом;

2.4.3. заходить в раздевалку, помещение, в котором проводятся занятия, с разрешения и в сопровождении тренера или другого сотрудника Общества;

2.4.4. выходить из раздевалки по первому требованию тренера или другого сотрудника Общества;

2.4.5. бережно относиться к спортивному оборудованию и инвентарю Общества, использовать его по назначению.

2.5. Посетителю занятий физической культурой и спортом запрещается:

2.5.1. использовать моющие средства в стеклянной упаковке и зеркала;

2.5.2. находиться в раздевалке во время проведения занятий физической культурой и спортом;

2.5.3. опаздывать на занятие физической культурой и спортом и пропускать его без уважительной причины;

2.5.4. жевать жевательную резинку и (или) употреблять пищу во время занятия физической культурой и спортом;

2.5.5. приступать к занятиям непосредственно после приема пищи или после больших физических нагрузок;

2.5.6. пить холодную воду до и после занятия физической культурой и спортом;

2.5.7. использовать спортивное оборудование и инвентарь не по назначению;

2.5.8. хватать друг друга за руки, ноги, голову и другие части тела;

2.5.9. бегать в помещениях спортивного комплекса, в раздевалках;

2.5.10. выполнять любые действия без разрешения тренера, проводящего занятия.

2.6. Требования безопасности перед началом занятий физической культурой и спортом.

2.6.1. Посетитель занятий физической культурой и спортом обязан:

2.6.1.1. сообщить тренеру, проводящему учебное занятие, о своем самочувствии, недомогании, болезненном состоянии;

2.6.1.2. снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях физическими упражнениями (серьги, часы, браслеты и т.д.);

2.6.1.3. по требованию тренера, проводящего занятие, встать в строй для построения.

2.6.2. Посетителю занятий физической культурой и спортом запрещается:

2.6.2.1. выходить к месту проведения занятия без разрешения тренера, проводящего занятие;

2.6.2.2. заходить в спортивный зал (приспособленное помещение для занятий физической культурой и спортом), брать спортивный инвентарь и заниматься на спортивном оборудовании без разрешения тренера, проводящего занятие.

2.7. Требования безопасности во время занятия.

2.7.1. Посетитель занятий физической культурой и спортом обязан:

- 2.7.1.1. внимательно слушать и неукоснительно выполнять указания тренера, проводящего занятие;
- 2.7.1.2. выполнять физические упражнения на спортивном оборудовании и использовать спортивный инвентарь только с разрешения тренера, проводящего занятие;
- 2.7.1.3. прекратить занятие физическими упражнениями при возникновении неисправности в работе спортивного оборудования или его поломке, сообщив об этом тренеру, проводящему занятие;
- 2.7.1.4. выполнять сложные физические упражнения при помощи страховки.
- 2.7.2. Посетителю занятий физической культурой и спортом запрещается:
 - 2.7.2.1. выполнять любые действия без разрешения тренера, проводящего занятие;
 - 2.7.2.2. толкаться, ставить подножки в строю и движении;
 - 2.7.2.3. хватать друг друга за руки, ноги, голову и другие части тела во избежание несчастных случаев и травм;
 - 2.7.2.4. мешать и отвлекать при объяснении заданий и выполнении физических упражнений;
 - 2.7.2.5. выполнять физические упражнения с использованием неисправного и (или) незакрепленного спортивного оборудования, неисправного спортивного инвентаря;
 - 2.7.2.6. выполнять сложные физические упражнения без страховки;
 - 2.7.2.7. покидать место проведения занятия без разрешения тренера, проводящего занятие.

2.8. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

- 2.8.1. Посетитель занятий физической культурой и спортом обязан:
 - 2.8.1.1. о каждом несчастном случае или экстремальной ситуации, происшедших в помещениях Общества немедленно сообщить тренеру или иному сотруднику Общества;
 - 2.8.1.2. при получении травмы и (или) ухудшении самочувствия прекратить занятие физическими упражнениями и поставить в известность тренера, проводящего занятие;
 - 2.8.1.3. при возможности помочь тренеру, проводящему занятие, оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости вызвать скорую помощь;
 - 2.8.1.4. при возникновении чрезвычайной ситуации в бассейне, спортивном зале (приспособленном помещении для занятий физической культурой и спортом) немедленно прекратить физические упражнения и под руководством тренера, проводящего занятие, организованно покинуть место согласно плану эвакуации;
 - 2.8.1.5. при возникновении чрезвычайной ситуации (появлении посторонних запахов, задымлении, возгорании) немедленно сообщить об этом тренеру и действовать в соответствии с его указаниями;
 - 2.8.1.6. по поручению тренера, проводящего занятие, поставить в известность администрацию Общества о чрезвычайной ситуации.

2.9. Требования безопасности по окончании занятия физической культурой и спортом

- 2.9.1. Посетитель занятий физической культурой и спортом обязан:
 - 2.9.1.1. под руководством тренера, проводящего занятие, убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
 - 2.9.1.2. по требованию тренера, проводящего занятие, организовано покинуть место проведения занятия и проследовать в раздевалку;
 - 2.9.1.3. тщательно вымыть руки с мылом и умыть лицо (при необходимости принять душ);
 - 2.9.1.4. переодеться в раздевалке в повседневную одежду и обувь;
 - 2.9.1.5. с разрешения тренера, проводившего занятие, покинуть помещение раздевалки;
 - 2.9.1.6. при обнаружении в раздевалке неисправности оборудования, системы вентиляции, работы сантехнических систем, нарушения целостности окон, пожарной сигнализации, проинформировать об этом тренера, проводившего занятие, или иного сотрудника Общества.

3. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ОКАЗАНИИ УСЛУГ В БАССЕЙНЕ

3.1. Опасными факторами в бассейне являются:

3.1.1. физические (скользкие поверхности, острые кромки и сколы на поверхностях ванн и полах; шум; электрооборудование (сушилки, фены и т. п.); горячая вода в душевых; пониженные значения температуры воды и воздуха; возможность захлебнуться);

3.1.2. химические (повышенная концентрация различных химических веществ в воде и в воздухе).

3.2. К пользованию услугами в бассейне допускаются посетители при наличии плавательных принадлежностей (плавки или купальный костюм), плавательной шапочки, индивидуальной сменной обуви (резиновые шлепанцы).

3.3. Посетитель, пользующийся услугами в бассейне, обязан:

3.3.1. сообщить тренеру, проводящему занятие об умении или неумении плавать;

3.3.2. иметь купальный костюм (плавки), плавательную шапочку, полотенце, мочалку, мыло, очки для плавания (при необходимости), индивидуальную сменную обувь (резиновые шлепанцы);

3.3.3. заходить в бассейн (мини-бассейн), брать спортивный инвентарь и выполнять физические упражнения в воде только с разрешения тренера, проводящего занятие;

3.3.4. перемещаться по бассейну (мини-бассейну), в душевой и раздевалке только шагом и в резиновых шлепанцах;

3.3.5. не отправлять естественные надобности, не допускать рвоту и отрыжку в воду бассейна.

3.4. Посетителю, пользующемуся услугами в бассейне, запрещается:

3.4.1. шуметь, кричать и бегать на территории бассейна (мини-бассейна), в душевой и раздевалке;

3.4.2. перед посещением бассейна использовать различные крема, мази, декоративную косметику;

3.4.3. разбирать и раскручивать краны и распылители, самостоятельно регулировать, включать и выключать любое инженерно-техническое оборудование бассейна.

3.5. Требования безопасности перед началом оказания услуг в бассейне.

3.5.1. Посетитель обязан:

3.5.1.1. проходить через регистратуру под контролем специалиста по работе с клиентами;

3.5.1.2. заходить в раздевалку с разрешения сотрудника бассейна;

3.5.1.3. раздеться, не мешая соседям, аккуратно складывая свою одежду в шкафчик;

3.5.1.4. снять с себя посторонние предметы (часы, висячие сережки и т.д.) и пройти в душевую;

3.5.1.5. вымыться в душе с мылом и мочалкой (без купального костюма) и закрыть за собой воду;

3.5.1.6. надеть на себя купальный костюм (плавки), а на голову плавательную шапочку;

3.5.1.7. осторожно войти в помещение бассейна;

3.5.1.8. сполоснуть ноги в ножной ванночке перед входом в чашу бассейна;

3.5.1.9. зайти в чашу бассейна после того, как предыдущая группа полностью вышла из воды. Смена групп производится в присутствии тренера;

3.5.1.10. с разрешения тренера, проводящего занятие, войти в воду, используя специальную лестницу, спиной к воде. В случае если чаша бассейна имеет высокий борт, посетитель должен, держась за поручни, подняться по лестнице от пола, стать двумя ногами на площадку борта, аккуратно развернуться спиной к воде и спуститься по лестнице в воду.

3.5.2. Посетителю запрещается:

- 3.5.2.1. заходить в бассейн (мини-бассейн) без разрешения тренера, проводящего занятие;
- 3.5.2.2. вносить в помещение бассейна любые предметы без разрешения тренера, за исключением предметов, необходимых для занятия.

3.6. Требования безопасности во время оказания услуг в бассейне.

3.6.1. Посетитель обязан:

- 3.6.1.1. выполнять упражнения по указанной дорожке, держаться правой стороны дорожки и соблюдать дистанцию, избегать столкновений с другими посетителями;
- 3.6.1.2. выполнять ныряние по команде (сигналу) тренера, проводящего занятие, только в отведенных для этого упражнения местах;
- 3.6.1.3. после входа в воду при отсутствии очков для плавания обязательно открывать глаза;
- 3.6.1.4. при поточном выполнении упражнений в воде (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы избежать столкновений;
- 3.6.1.5. выполнять прыжки с тумбочек в воду только с разрешения тренера, проводящего занятия при страховке, непосредственном наблюдении тренера и при глубине бассейна не менее 1,5 метра;
- 3.6.1.6. использовать спортивный инвентарь (доски для плавания, мячи, шайбы и т.д.) только с разрешения и под руководством тренера;
- 3.6.1.7. соблюдать правила безопасного поведения на воде.

3.6.2. Посетителю запрещается:

- 3.6.2.1. находиться в чаше бассейна в отсутствие тренера;
- 3.6.2.2. выполнять любые действия без разрешения тренера, проводящего занятие;
- 3.6.2.3. находиться в воде без плавательной шапочки; резко изменять направление своего движения; виснуть и садиться на разделительные дорожки; плавать поперек бассейна (мини-бассейна), кроме перехода с дорожки на дорожку и к лестнице; толкаться во время плавания;
- 3.6.2.4. свободное плавание во время проведения занятий с тренером;
- 3.6.2.5. «топить» друг друга;
- 3.6.2.6. снимать шапочку для плавания;
- 3.6.2.7. бегать в помещении бассейна, в раздевалках, душевых;
- 3.6.2.8. прыгать в воду с бортиков и лестниц;
- 3.6.2.9. висеть на разделительных дорожках, подныривать под лестницы в бассейне;
- 3.6.2.10. нырять с тумбочек и бортиков, а также плавать под водой без разрешения тренера, проводящего занятия;
- 3.6.2.11. создавать излишний шум и подавать ложные сигналы о помощи; выходить из воды и покидать бассейн (мини-бассейн) без разрешения тренера, проводящего занятие.

3.7. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

3.7.1. Посетитель обязан:

- 3.7.1.1. при возникновении во время занятий в воде болей в суставах, мышцах, сильного покраснения кожи, неприятных ощущений в глазах, возникновении кровотечения, а также при плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом тренеру, проводящему занятия с последующим обращением к медицинскому работнику;
- 3.7.1.2. почувствовав озноб, сообщить об этом тренеру, проводящему занятия, с его разрешения выйти из воды и растереться сухим полотенцем;
- 3.7.1.3. при возникновении судорог не теряться, стараться держаться на воде, взяться за ближайшую опору и позвать на помощь.

3.8. Требования безопасности по окончании оказания услуг в бассейне

3.8.1. Посетитель обязан:

- 3.8.1.1. с разрешения тренера организовано выйти из чаши бассейна (мини-бассейна), используя специальную лестницу спиной к воде. Если чаша бассейна имеет высокий борт,

посетитель обязан подняться по лестнице из воды, аккуратно стать двумя ногами на площадку борта и, держась за поручни, развернуться спиной к полу и спуститься по лестнице на пол;

3.8.1.2. пройти в душевую;

3.8.1.3. снять купальный костюм (плавки) и помыться с мылом и мочалкой;

3.8.1.4. насухо вытереть волосы и уши, одеться, просушить волосы под феном.

4. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ИНЫХ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ И СПОРТОМ

4.1. Посетитель обязан:

4.1.1. одевать на занятия сменные одежду и обувь (если занятия проводятся в обуви);

4.1.2. соблюдать достаточный интервал при выполнении физических упражнений с отягощением (гантелями, дисками, гириями);

4.1.3. убирать спортивный инвентарь (гантели, диски, гири и т.д.) в безопасное место после выполнения физических упражнений;

4.1.4. проверять крепление зажимов грифа штанги, положение стопорных болтов в блоках тренажера;

4.1.5. соблюдать правила безопасного использования спортивного оборудования (тренажеров), учитывая их конструктивные особенности;

4.1.6. насухо протирать ладони перед выполнением физических упражнений с отягощением;

4.1.7. при выполнении физических упражнений, убедиться, что рядом с рабочей частью спортивного оборудования (тренажера) нет других посетителей;

4.1.8. устанавливать вес в зависимости от поставленных задач и своих возможностей;

4.1.9. следить, чтобы трос не сходил с направляющих роликов;

4.1.10. снимать диски на спортивном оборудовании (тренажере) после выполнения физических упражнений;

4.1.11. возвращать спортивный инвентарь и снаряды на место после выполнения физического упражнения;

4.1.12. переходите от тренажера к тренажеру способом, указанным тренером, проводящим занятие;

4.1.13. во время передвижения смотреть вперед, соблюдать дистанцию и интервалы, необходимые для предотвращения столкновений с другими посетителями;

4.1.14. при выполнении физических упражнений потоком (друг за другом) соблюдать дистанцию;

4.1.15. избегать чрезмерных растяжений и перегрузок в суставах;

4.1.16. при выполнении упражнений с предметами соблюдать достаточный интервал и дистанцию;

4.1.17. при выполнении физических упражнений с гантелями и скакалкой, крепко держать их в руках, руки должны быть сухими;

4.1.18. при выполнении упражнений на фитболе, точно располагать центр тяжести своего тела над ним, движения выполнять правильно, контролировать перемещение фитбола под собой.

4.2. Посетителю запрещается:

4.2.1. использовать емкости для питья в стеклянной упаковке;

4.2.1.1. подходить и стоять близко к другому посетителю, который выполняет физическое упражнение;

4.2.1.2. мешать другому посетителю и отвлекать его при выполнении физического упражнения;

4.2.1.3. чрезмерно прогибаться в шейном, грудном и поясничном отделах.

5. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

5.1. При проведении Обществом спортивных соревнований, а также при участии посетителей в спортивных соревнованиях последние обязаны соблюдать требования Правил, если это не противоречит особенностям соревнований и правилам, регулирующим их проведение.

5.2. При проведении соревнований по плаванию посетители обязаны соблюдать, требования, установленные в пунктах 1-3 Правил.

6. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ОКАЗАНИИ УСЛУГ ДЕТСКОГО ЛАГЕРЯ

6.1. Посетители обязаны:

6.1.1. соблюдать режим дня лагеря (время прихода, ухода из лагеря, приема пищи, и других мероприятий и процедур);

6.1.2. соблюдать санитарно-гигиенические нормы (умыться, причесываться, принимать душ, одеваться по погоде и т.д.);

6.1.3. выполнять распоряжения вожатого;

6.1.4. соблюдать все установленные в лагере правила, в том числе правила противопожарной безопасности, правила проведения экскурсий, автобусных поездок, походов, правила в иных объектах и местах, где выполняется программа лагеря или находятся посетители лагеря;

6.1.5. быть вместе с отрядом. При необходимости отлучиться обязательно разрешение своего вожатого;

6.1.6. соблюдать чистоту на территории лагеря и во время мероприятий;

6.1.7. в случаях ухудшения самочувствия, травм незамедлительно сообщать вожатым;

6.1.8. соблюдать правила поведения в общественных местах - словами, действиями и поведением не мешать окружающим;

6.1.9. бережно относиться к личному имуществу, имуществу лагеря и других участников лагеря;

6.1.10. при проведении массовых мероприятий находиться вместе с отрядом. Отойти можно только в сопровождении вожатого;

6.1.11. соблюдать правила этикета в общественных местах (не шуметь, не толкаться и т.п.);

6.1.12. во время передвижения с использованием общественного транспорта соблюдать правила пользования общественным транспортом;

6.1.13. проводить посадку в общественный транспорт и высадку по команде вожатого;

6.1.14. после выхода из общественного транспорта держаться вместе и следовать указаниям вожатого;

6.1.15. соблюдать правила дорожного движения;

6.1.16. во время прогулки, экскурсии, похода следует находиться с отрядом. Не разрешается отходить от маршрута (тропы, дорожки), подходить к электропроводам, неогороженным краям оврагов, обрывов;

6.1.17. по окончании экскурсии (прогулки, похода) собраться в указанном месте и после объявления окончания экскурсии (прогулки, похода) следовать указаниям вожатого;

6.1.18. во время лагеря находиться в поле зрения вожатого;

6.1.19. потерянные или забытые вещи, следует передавать вожатым.

6.2. Посетителю запрещается:

6.2.1. курить, распивать спиртные и слабоалкогольные напитки;

6.2.2. есть незнакомые ягоды, плоды;

6.2.3. разводить огонь;

- 6.2.4. пользоваться электроприборами без разрешения водителя;
- 6.2.5. трогать провисающие, торчащие провода. О наличии таких проводов следует сообщить водителю;
- 6.2.6. самостоятельно выходить на проезжую часть и перебегать улицу;
- 6.2.7. совершать покупки в магазинах без разрешения водителя;
- 6.2.8. применять непристойные выражения и жесты;
- 6.2.9. приносить и применять в лагере оружие, взрывоопасные и огнеопасные вещества, горючие жидкости, пиротехнические изделия, газовые баллончики, алкогольные напитки, наркотики, одурманивающие средства, а также ядовитые и отравляющие вещества;
- 6.2.10. бегать по коридорам, лестницам, не далеко от оконных проёмов, стеклянных витражей и в прочих местах, не предназначенных для игр;
- 6.2.11. толкаться, бросать друг в друга предметы и применять физическую силу, шуметь и мешать другим участникам лагеря и водителям;
- 6.2.12. разговаривать с посторонними (незнакомыми) людьми; реагировать на знаки внимания и требования незнакомца; ходить с посторонними;
- 6.2.13. злить и гладить бродячих собак и других животных.

6.3. Законные представители и иные сопровождающие несовершеннолетних посетителей обязаны с учетом программы детского лагеря непосредственно перед его началом индивидуально разъяснить последним требования правил безопасности по время нахождения в детском лагере, в том числе правила безопасного поведения в объектах и местах, где выполняется программа лагеря или находятся посетители лагеря.

7. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ОКАЗАНИИ УСЛУГ ОБУЧЕНИЯ ИНОСТРАННЫМ ЯЗЫКАМ

7.1. Посетитель обязан:

- 7.1.1. внимательно слушать объяснения и указания педагогического работника;
- 7.1.2. соблюдать порядок и дисциплину во время занятий;
- 7.1.3. поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте;
- 7.1.4. при возникновении аварийных ситуаций (пожар и т.д.), покинуть помещение по указанию педагогического работника в организованном порядке, без паники;
- 7.1.5. в случае травматизма обратиться к педагогическому работнику за помощью;
- 7.1.6. при плохом самочувствии или внезапном заболевании сообщить об этом педагогическому работнику;
- 7.1.7. обо всех недостатках, обнаруженных во время занятий, сообщать педагогическому работнику;
- 7.1.8. после окончания занятия привести своё рабочее место в порядок.

7.2. Посетителю запрещается:

- 7.2.1. передвигать учебные столы и стулья без разрешения педагогического работника;
- 7.2.2. покидать рабочее место без разрешения педагогического работника.

8. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ОКАЗАНИИ УСЛУГ НА ОТКРЫТЫХ ВОДОЕМАХ

8.1. При оказании Обществом услуг на открытых водоемах посетители обязаны соблюдать требования пунктов 1-6 Правил, если это не противоречит особенностям данных услуг и положениям настоящего пункта Правил.

8.2. Посетителю запрещается:

- 8.2.1. купаться в запрещенных для купания местах рек, озер, водохранилищ, прудов и иных водоемов;
 - 8.2.2. загрязнять и засорять водоемы, въезжать на территорию пляжей на транспортных средствах, нарушать режим содержания водоохраных зон;
 - 8.2.3. распивать на пляже спиртные напитки;
 - 8.2.4. заплывать за буи и другие знаки, обозначающие зоны купания;
 - 8.2.5. подплывать к судам (моторным, парусным, весельным лодкам) и другим плавательным средствам;
 - 8.2.6. взбираться на технические и предупредительные знаки, буи и прочие предметы;
 - 8.2.7. прыгать в воду с лодок, катеров, причалов, других сооружений, не приспособленных для этих целей;
 - 8.2.8. использовать спасательные средства и снаряжение не по назначению;
 - 8.2.9. плавать на досках, лежаках, бревнах, автокамерах, надувных матрацах;
 - 8.2.10. организовывать игры в воде, связанные с нырянием и захватом купающегося, а также совершать другие действия, которые могут стать причиной несчастного случая;
 - 8.2.11. подавать ложные сигналы тревоги;
 - 8.2.12. оставлять малолетних детей без присмотра;
 - 8.2.13. стирать на пляжах белье и купать животных;
 - 8.2.14. прыгать в воду с вышек.
- 8.3. Посетители обязаны соблюдать требования Правил охраны жизни людей на водах Республики Беларусь, которые утверждены Постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 11.12.2009 N 1623.