湖西校区第一届“新生杯” 羽毛球比赛安全承诺书

我承诺自己无心脏病、高血压(相关心脑血管等疾病)、无法自控的精神疾病、呼吸系统方面疾病，身体健康状况良好。我承诺在比赛中做到如下几点:

1.不随身携带小刀、笔、钥匙、尺子等尖锐硬物，不佩戴各种金属或玻璃的装饰品，头上不戴各种发夹。

2.自觉遵守纪律，一切行动听从裁判人员安排。戴眼镜的同学，如果可不戴眼镜就尽量不戴眼镜，做动作时一定要小心谨慎。

3.充分认识羽毛球运动准备活动的重要性。认真做好充分准备热身活动，尽量避免或减少比赛过程中发生伤害事故。

4.学会自我监督，活动过程中如果感到四肢无力、头晕恶心、面色苍白等身体不适症状，立即停止活动并报告赛场裁判人员，第一时间就医，决不隐瞒硬撑。

5.比赛中没有比赛项目决不在赛场中随意穿行、无故逗留，在指定地点观看比赛，以避免与参加比赛的同学相撞，不扰乱比赛秩序。

6.在指定场所范围内进行活动，不打闹、喧哗、乱跑乱跳，决不打架斗殴;注意环境卫生，不乱丢垃圾，做到积极参与为主，竞争为辅，友谊第一，比赛第二，讲究比赛规则。

承诺人:

年 月 日