

## **ИНСТРУКЦИЯ № 19-08-2020**

### **По охране труда при проведении спортивных соревнований**

#### **1. Общие требования безопасности**

К спортивным соревнованиям допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр. Обучающиеся подготовительной и специальной медицинских групп к спортивным соревнованиям не допускаются.

Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.

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

- травмы при проведении спортивных соревнований с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;
- травмы при падении на скользком грунте 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;
- проведения соревнований без разминки.

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

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

О каждом несчастном случае с обучающимися 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

В процессе спортивных соревнований участники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и обуви, правила личной гигиены.

Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, и в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка, и при необходимости подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

#### **2. Требования безопасности перед началом занятий**

Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользящей подошвой, соответствующую сезону и погоде.

Проверить надежность установки и исправность спортивного инвентаря и оборудования.

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

В местах соскоков со спортивных снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

Провести разминку.

#### **3. Требования безопасности во время занятий**

Начинать соревнования и заканчивать их только по сигналу судьи соревнований.

Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды, подаваемые судьей соревнований.

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

При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

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

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

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

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

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

#### **5. Требования безопасности по окончании занятий**

Проверить по списку наличие всех участников соревнований.

Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

Снять спортивный костюм и спортивную обувь. Принять душ и тщательно вымыть с мылом руки и лицо

Ответственный за спортивно-массовую работу \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

Зам директора

по учебной работе \_\_\_\_\_

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
МБОУ «Гимназия № 8»**

СОГЛАСОВАНО:

Председатель профкома

протокол № \_\_\_\_ от «\_\_» \_\_\_\_ 2020\_\_ г

\_\_\_\_\_/Н.В. Чернуха/

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБОУ «Гимназия № 8»

\_\_\_\_\_  
Н.С. Сазонова  
Приказ № \_\_\_\_ от «\_\_» 2020 г.

СОГЛАСОВАНО:

Инженер по ОТ

\_\_\_\_\_/В.С. Агрызков/

«\_\_» \_\_\_\_\_ 2020\_\_ г.

**ИНСТРУКЦИЯ № 19-08-2020**

**По охране труда при проведении спортивных соревнований**

**2020 г**