



ИНСТРУКЦИЯ №2
по технике безопасности для учащихся МАОУ ДО «СШ №1
г. Благовещенска» при проведении спортивных соревнований

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются учащиеся МАОУ ДО «СШ №1 г. Благовещенска», прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.

1.3. При проведении спортивных соревнований возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при проведении спортивных соревнований с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;
- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии, скользкой плитке в бассейне;
- травмы при нахождении в зоне броска во время спортивных соревнований по метанию;
- травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре;
- обморожения при проведении спортивных соревнований на открытых стадионах при ветре более 1,5-2,0 м/с и при температуре воздуха ниже —20 градусов;
- 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;
- ушибы, порезы при соревнованиях в плавательном бассейне.
- проведение соревнований без разминки.

1.4. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации школы. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

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

1.6. Во время соревнований участники должны соблюдать правила ношения спортивной формы и спортивного инвентаря, правила личной гигиены.

1.7. Учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ СОРЕВНОВАНИЙ

- 2.1. Надеть спортивную форму, соответствующую виду соревнований.
- 2.2. Проверить исправность и надежность установи спортивного инвентаря и оборудования,
- 2.3. Провести разминку.
- 2.4. Во время разминки в плавательном бассейне строго соблюдать очередность и плыть только по своей стороне дорожки.
- 2.5. Отрабатывать старты с тумбы в строго определенное время и на выделенной дорожке.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

- 3.1. Начинать соревнования и заканчивать их только по команде судьи соревнований.
- 3.2. Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды, подаваемые судьей.
- 3.3. Избегать столкновения с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам
- 3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
- 3.5. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.
- 3.6. Перед прыжками в воду посмотреть отсутствие вблизи других участников соревнований.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

- 4.1. При плохом самочувствии, появлении во время занятий боли в руках, покраснении кожи или потертости на ладонях прекратить участие в соревнованиях и сообщить об этом судье соревнований.
- 4.2. При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом судье соревнований. Соревнования продолжать только после устранения неисправностей или замене спортивного инвентаря и оборудования.
- 4.3. При получении травмы участником соревнований немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом судье или администрации

школы, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.4. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить соревнования, провести эвакуацию, при этом четко выполнять распоряжения судьи соревнований, исключив панику.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ СОРЕВНОВАНИЙ

5.1. Снять спортивную форму.

5.2. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки мылом.

5.3. Убрать спортивный инвентарь в отведенное для хранения место.