


**Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Детско-юношеская спортивная школа «РИТМ»**

СОГЛАСОВАНО
Представитель трудового коллектива
МУДО «ДЮСШ «РИТМ»
Логинова С.А.


9.10.2015г.



Инструкция № 4-07

по охране труда для учащихся по правилам безопасности при участии в спортивных соревнованиях

ИОТ-4-07

Инструкцию разработала:
Директор МУДО «ДЮСШ «РИТМ»
Шафигулина И.Л.

г.Качканар
2015г.

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по охране труда, 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 учащихся 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 спусков и поворотов с горы на лыжах;
- 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;
- Проведение соревнований без разминки.

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

1.5. Спортивные соревнования необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, 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. Со всеми учащимися, допустившими невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ СОРЕВНОВАНИЙ

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую сезону и погоде

2.2. При наличии противопоказаний к участию в соревновании сообщить об этом тренеру-преподавателю.

2.3. Пройти разминку.

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 в бассейне 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 обнаружении неисправности спортивного инвентаря и оборудования сообщить об этом тренеру-преподавателю или судье соревнований. Соревнования продолжать только после устранения неисправностей или замене спортивного инвентаря и оборудования.

4.3. При получении травмы участником соревнований немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю или судье соревнований.

4.4. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить соревнования, покинуть зал, при этом четко выполнять распоряжения тренера-преподавателя или судьи соревнований, исключив панику.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ СОРЕВНОВАНИЙ

5.1. Снять спортивную обувь и спортивный костюм.

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

5.3. Убрать спортивный инвентарь в отведенное для хранения место.