

# **Правила по технике безопасности при проведении мероприятий физкультурно - спортивного направления**

## **1. Общие требования безопасности**

- 1.1. К спортивным мероприятиям допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Обучающиеся подготовительной и специальной медицинских групп к спортивным соревнованиям не допускаются.
  - 1.2. Участники спортивных мероприятий обязаны соблюдать правила их проведения.
  - 1.3. При проведении спортивных мероприятий возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:
    - травмы при проведении спортивных мероприятий с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;
    - травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
    - травмы во время прыжков в длину или высоту;
    - травмы при нахождении в зоне броска во время спортивных соревнований по метанию;
    - травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре, при падениях .
  - 1.4. Спортивные мероприятия необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующих виду соревнования, сезону и погоде.
  - 1.5. При проведении спортивных мероприятий должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.
  - 1.6. О каждом несчастном случае с участниками спортивных мероприятий немедленно сообщить руководителю 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 директору школы.
  - 1.7. Во время спортивных мероприятий участники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.
  - 1.8. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.
- ## **2. Требования безопасности перед началом соревнований**
- 2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую сезону и погоде.
  - 2.2. Проверить исправность и надежность установки спортивного инвентаря и оборудования.
  - 2.3. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме - месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.
  - 2.4. В местах соскоков со спортивных снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

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

- 3.1. Начинать мероприятия и заканчивать их только по сигналу (команде) .
- 3.2. Не нарушать правила проведения мероприятия , строго выполнять все команды (сигналы).
- 3.3. Избегать столкновений с другими участниками мероприятия , не допускать толчков и

ударов по их рукам и ногам.

3.4. При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

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

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

4.1. При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом судье соревнований. Соревнования продолжать только после устранения неисправности или замене спортивного инвентаря и оборудования.

4.2. При плохом самочувствии прекратить участие в спортивных мероприятиях и сообщить об этом руководителю мероприятия.

4.3. О получении травмы участником мероприятий немедленно сообщить руководителю мероприятия и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

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

5.1. Проверить по списку наличие всех участников мероприятий.

5.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и тщательно вымыть лицо и руки с мылом.