

**Муниципальное учреждение дополнительного образования
«Центр внешкольной работы»**

СОГЛАСОВАНО
Протокол ПК
от 09.08.2024г. № 10

УТВЕРЖДЕНО
приказом МУДО ЦВР
от 09.08.2024г. № 346

**ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ МУДО ЦВР ПО ТЕХНИКЕ
БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНЫХ
СОРЕВНОВАНИЙ
(ИТБ-056-2024)**

Данная инструкция для обучающихся МУДО ЦВР по технике безопасности при проведении спортивных соревнований составлена с целью предупреждения фактов травмирования обучающихся МУДО ЦВР и сохранения их здоровья. Педагог дополнительного образования, иной педагог, инструктор по физической культуре или воспитатель знакомит обучающихся с настоящей инструкцией перед спортивным соревнованием или спортивным мероприятием.

1. Спортивные соревнования проводятся под строгим руководством педагога дополнительного образования, иного педагога, инструктора по физической культуре или воспитателя.

2. Перед началом соревнований наденьте спортивную одежду и обувь по сезону. Убедитесь в том, что одежда не мешает передвижению, обувь удобная, подошва не скользит и шнурки завязаны.

3. Перед началом соревнований убедитесь в том, что вы себя хорошо чувствуете, не болит голова, не тошнит, не чувствуете слабость. В случае плохого самочувствия обратитесь к педагогу дополнительного образования, иному педагогу, инструктору по физической культуре или воспитателю.

4. Соревнования начинаются и заканчиваются по решению судьи и его сигналу.

5. Не нарушайте правила проведения соревнований, строго выполняйте все команды (сигналы), подаваемые судьей.

6. Не отвлекайте других участников соревнований, избегайте столкновений с ними.

7. Играйте честно. Не выполняйте намеренно (или случайно) толчков и ударов по рукам и ногам участника.

8. Не бросайте мяч в голову товарища, не вырывайте из рук.

9. Перед выполнением упражнений по метанию убедитесь в том, что в области метания нет посторонних людей.

10. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

11. Во время соревнования в беге не начинайте выполнять упражнения, пока предыдущий игрок не закончил упражнение, соблюдайте безопасное расстояние.

12. Спортивный инвентарь используйте только по назначению и с разрешения педагога. Не толкайте и не отвлекайте ребят, которые находятся на спортивных снарядах и выполняют упражнения.

13. В случае получения травмы или плохого самочувствия необходимо сообщить об этом педагогу.

Инструкцию разработал зам. директора по безопасности: Я.И.Гречка