

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

СОГЛАСОВАНО
протоколом 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 И
ПОДВИЖНЫХ ИГР, СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ
(ИТБ-027-2024)**

Данная инструкция для обучающихся МУДО ЦВР по технике безопасности при проведении спортивных и подвижных игр, спортивных соревнований составлена с целью предупреждения фактов травмирования обучающихся МУДО ЦВР и сохранения их здоровья.

Педагог дополнительного образования, иной педагог или воспитатель знакомит обучающихся с настоящей инструкцией перед спортивными и подвижными играми, спортивными соревнованиями.

Правила для обучающихся во время проведения спортивных и подвижных игр:

1. Перед началом занятий необходимо надеть спортивную одежду и обувь по сезону. Проверить спортивную обувь - подошва не должна скользить, шнурки должны быть завязаны.

2. Начинайте и заканчивайте игру, делайте остановки в игре только по команде педагога или воспитателя.

3. Не продолжайте игру в случае перерыва, вам необходимо отдохнуть.

4. Запрещено брать спортивный инвентарь для занятий и использовать его без разрешения.

5. Будьте аккуратны во время игры с другими игроками, избегайте столкновений, толчков и ударов по ногам и рукам.

6. Уважайте других игроков, не толкайте друг друга, не хватайте за руки и не ставьте подножки.

7. Будьте аккуратны с инвентарём для игры, избегайте попадания мяча в голову и другие части тела играющих. Не вырывайте мяч у другого игрока.

8. Во время игры в догонялки, эстафет смотрите только в направлении своего движения. Не делайте резкие остановки, чтобы не столкнуться с другими обучающимися. Не толкайте в спину бегущих впереди.

9. После занятий сдайте спортивный игровой инвентарь педагогу или воспитателю.

10. Вымойте руки с мылом и переоденьтесь.

Правила для обучающихся во время проведения спортивных соревнований:

1. Спортивные соревнования проводятся под строгим руководством педагога дополнительного образования, иного педагога или воспитателя.

2. Перед началом соревнований необходимо надеть 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 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. Соревнуйтесь 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