

СОГЛАСОВАНО  
Председатель ПК  
\_\_\_\_\_ Н.И.Золина  
Протокол № 5  
от «01» июля 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАУ ДО ДЮСШ  
\_\_\_\_\_ А.С.Карпанов  
Приказ МАУ ДО ДЮСШ  
от 01.07.23г. № 70А

## **ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ**

Муниципального автономного учреждения  
дополнительного образования  
детско-юношеской спортивной школы города Фурманова

**ИОТ - \_\_\_\_\_ - 2023 г.**

### **1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ**

- 1.1. К спортивным соревнованиям допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности. Учащиеся подготовительной и специальной медицинской групп к спортивным соревнованиям не допускаются.
- 1.2. Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.
- 1.3. При проведении спортивных соревнований возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:
  - травмы при проведении спортивных соревнований с использованием неисправного оборудования и инвентаря;
  - травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии, во время спуска с горы на лыжах или при прыжках с лыжного трамплина;
  - травмы при столкновении во время бега или спортивной игры;
  - обморожение при проведении спортивных соревнований по лыжам при ветре более 1,5-2,0 м/с при температуре воздуха ниже 20°С;
  - травмы при проведении соревнований без разминки;
  - травмы при нарушении правил проведения соревнований и при неприменении безопасных приемов выполнения упражнений.
- 1.4. Участники соревнований должны иметь спортивную одежду и обувь, соответствующую виду соревнований, сезону, погоде.
- 1.5. При проведении спортивных соревнований необходимо иметь медицинскую аптечку, укомплектованную необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой медицинской помощи.
- 1.6. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования необходимо прекратить соревнования и сообщить об этом руководителю соревнований.
- 1.7. При получении травмы немедленно оказать первую медицинскую помощь пострадавшему, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.
- 1.8. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкций по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и при необходимости подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

## **2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ СОРЕВНОВАНИЙ**

- 2.1. Проверить исправность и надежность установки спортивного оборудования и инвентаря.
- 2.2. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.
- 2.3. Гимнастические маты у спортивных снарядов положить так, чтобы их поверхность была ровной.
- 2.4. Надеть спортивную форму и спортивную обувь.
- 2.5. Провести разминку.

## **3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ**

- 3.1. Начинать и заканчивать соревнования только по сигналу (команде) судьи.
- 3.2. Строго выполнять все команды судей и руководителей соревнований.
- 3.3. Избегать столкновения с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов их по рукам и ногам.
- 3.4. При падении необходимо правильно сгруппироваться.
- 3.5. Перед выполнением упражнений по метанию убедиться, что люди в секторе метания отсутствуют.
- 3.6. Перед прыжками в воду убедиться в отсутствии поблизости других участников соревнования.

## **4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ**

- 4.1. При плохом самочувствии немедленно сообщить об этом судье или руководителю соревнований.
- 4.2. При возникновении чрезвычайной ситуации точно выполнять все распоряжения руководителя соревнований.

## **5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ СОРЕВНОВАНИЙ**

- 5.1. Проверить по списку наличие всех участников соревнования.
- 5.2. Убрать спортивный инвентарь и оборудование.
- 5.3. Произвести проветривание и влажную уборку спортивного зала.
- 5.4. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.