**ИНСТРУКЦИЯ**

**по организации охраны жизни и здоровья**

**детей при проведенииспортивных соревнований**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются воспитанники, прошедшие инструктаж по правилам поведения, которые должен проводить педагог перед допуском к соревнованиям и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2.При проведении спортивных соревнований возможно воздействие на их участников следующих опасных факторов:

* травмы при проведении спортивных соревнований с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;
* травмы при падении на скользком полу, грунте или твёрдом покрытии;
* травмы во время прыжков в длину или в 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 спуска с горы на лыжах;
* проведение соревнований без разминки.

1.3.Спортивные соревнования необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующих виду соревнования, сезону и погоде.

1.4.При проведении спортивных соревнований должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.5.О каждом несчастном случае с участниками спортивных соревнований немедленно сообщить 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 администрации.

1.6.Во время спортивных соревнований участники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.7.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, соответствующей сезону и погоде.

2.2.Проверить исправность и надёжность установки спортивного инвентаря и спортивного 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.

2.5.Провести разминку.

**3. Требования безопасности во время соревнований**

3.1.Начинать соревнования и заканчивать их только по сигналу (команде) руководителя (судьи) соревнований.

3.2.Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые руководителем (судьёй) соревнований.

3.3.Избегать столкновений с другими участниками соревнований, 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 руководителю (судье) соревнований. Соревнования продолжать только после устранения неисправности или замене спортивного инвентаря и оборудования.

4.2.При плохом самочувствии одного из воспитанников прекратить участие в спортивных соревнованиях и сообщить об этом судье соревнований.

4.3.При получении травмы участником соревнований немедленно сообщить об этом судье соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

**5. Требования безопасности по окончанию соревнований**

5.1.Проверить по списку наличие всех участников соревнований.

5.2.Убрать в отведённое место спортивный инвентарь и оборудование.

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