

УТВЕРЖДАЮ  
Директор КГКОУ ДОД  
«Хабаровская краевая детско-  
юношеская спортивно-адаптивная  
школа»

  
В.П.Саржевский  
«*В.П.*» \_\_\_\_\_ 2012 г.

## **ИНСТРУКЦИЯ № 4**

### **по охране труда и технике безопасности при проведении соревнований**

#### **1. Общие требования безопасности**

1.1. К соревнованиям допускаются спортсмены-инвалиды, прошедшие инструктаж по охране труда и медицинский осмотр.

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

- возникновение пожара при неисправности электропроводки;
- травмы при возникновении паники в случае пожара и других чрезвычайных ситуаций;
- травмы при столкновениях, нарушении правил проведения соревнований, при падениях на мокром, скользком полу или площадке;
- травмы при использовании неисправного, непрочного установленного и не закрепленного оборудования и инвентаря.

1.3. Ответственность за жизнь и здоровье спортсменов, участвующих на соревнованиях, несет представитель команды (тренер-преподаватель).

1.4. При выезде на соревнования за пределы края спортсмены должны соблюдать спортивный режим, без уведомления представителя команды (тренера-представителя) не отлучаться из мест проведения соревнований, гостиницы.

1.6. Соревнования проводятся только в присутствии медицинского работника.

1.7. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить об этом представителю команды.

1.8. Участники должны соблюдать установленный порядок проведения и правила личной гигиены.

#### **2. Требования охраны труда перед проведением соревнований**

2.2. Провести целевой инструктаж по технике безопасности для участников соревнований.

2.3. Тщательно проверить все помещения, эвакуационные пути и выходы на соответствие их требованиям пожарной безопасности, а также убедиться в наличии и исправности первичных средств пожаротушения, связи и пожарной автоматики, убедиться в исправной работе оборудования, инвентаря.

Подогнать необходимое спортивное снаряжение и провести разминку. Надеть спортивную одежду и обувь, соответствующие проводимому виду соревнований и погодным условиям.

***Запрещается*** приступать к соревнованиям:

- непосредственно после приема пищи;
- после больших физических нагрузок;
- при незаживших травмах и общем недомогании.

### **3. Требования охраны труда во время проведения соревнований**

3.1. При проведении соревнований запрещается применять открытый огонь (факелы, свечи, фейерверки, бенгальские огни, хлопушки, петарды и т.п.), устраивать световые эффекты с применением химических и других веществ, могущих вызвать загорание.

3.2. Участникам соревнований необходимо своевременно информировать тренера-преподавателя, организаторов соревнований или судей об ухудшении состояния здоровья или травмах.

3.3. При появлении у спортсмена признаков утомления или при жалобе на недомогание и плохое самочувствие, тренер-преподаватель (представитель команды) должен немедленно направить его к врачу.

***Во время соревнований учащийся обязан:***

- соблюдать дисциплину, установленный режим проведения соревнований, самостоятельно не предпринимать никаких действий;
- соблюдать настоящую инструкцию;
- неукоснительно выполнять все указания и команды организаторов и судей соревнования;
- начинать и заканчивать соревнования строго по команде судьи;
- во избежание столкновений исключить резкую остановку при движении;
- использовать спортивное оборудование и инвентарь только с разрешения и под руководством организаторов или судей соревнований;
- избегать столкновений с другими участниками соревнований;
- перед выполнением упражнений убедиться в отсутствии других участников, организаторов и судей в опасной зоне;
- не допускать толчков и ударов по рукам и ногам других участников соревнования;
- выполнять требования техники безопасности по тому виду спорта, по которому соревнования проводятся;

#### **Учащимся запрещается:**

- пользоваться неисправным спортивным оборудованием и снарядами;
- выполнять упражнения без необходимой страховки;
- выполнять упражнения на гимнастических снарядах с влажными ладонями;
- стоять справа от стреляющего, метящего, находиться в зоне выстрела, броска, ходить за снарядами для стрельбы, метания без разрешения организатора или судьи соревнования;
- самостоятельно осуществлять переход к другому виду соревнований;
- покидать место соревнования без разрешения организаторов или судей соревнования;
- выполнять любые действия без разрешения организатора или судьи соревнования;
- использовать спортивное оборудование и инвентарь не по прямому назначению;
- производить самостоятельно разборку, сборку и ремонт спортивных снарядов и оборудования.

### **3. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

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

3.2. В случае пожара или других чрезвычайных ситуаций, а также при наступлении неблагоприятных погодных условий, грозящих нанесением вреда здоровью участников соревнований, руководители мероприятия обязаны:

- прервать или отменить мероприятие;
- предупредить участников об опасности и принять все возможные меры по выводу их без паники в безопасное место, используя все имеющиеся эвакуационные выходы;
- сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.

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

Сдать полученный инвентарь и (или) приспособления организаторам или судьям соревнования.

С разрешения тренера-преподавателя или судьи соревнования пойти в раздевалку. По возможности принять душ, переодеться, просушить волосы под феном.

При обнаружении неисправности спортивного оборудования, а при занятиях в зале, кроме того, при обнаружении неисправности системы вентиляции, работы сантехнических систем, нарушения целостности окон проинформировать об этом тренера-преподавателя или судью соревнований.