«Согласовано»
Предс. профкома _____ / В.Ф. Бровина

«Утверждаю»
Директор школы_____ / Г.Е. Махотина
01.09.2011 г.

ИНСТРУКЦИЯ № 23
по охране труда для обучающихся при проведении спортивных соревнований

1. Общие требования охраны труда

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Обучающиеся подготовительной и специальной медицинских 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 неисправных спортивных снарядов и оборудования;
- травмы при падении на скользком грунте или твёрдом покрытии;
- травмы во время прыжков в длину или 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;
- обморожения при проведении спортивных соревнований по лыжам при ветре более 1,5-2 м/с и при температуре воздуха ниже -20°С;
- травмы и утопления во время проведения спортивных соревнований по плаванию при прыжках в воду головой вниз на мелководье или при нахождении рядом других участников соревнований;
- проведение соревнований без разминки.

1.4. Спортивные соревнования должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующих виду соревнования, сезону и погоде.

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

1.6. О каждом несчастном случае с участником спортивных соревнований немедленно сообщить руководителю соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

При неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом руководителю соревнований.

2. Требования охраны труда перед началом соревнований

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую сезону и погоде.

2.2. Проверить исправность и надёжность установки спортивного инвентаря и оборудования.
2.3. Разрыхлить песок в прыжковой яме – месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.
2.4. В местах сосков со спортивных снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.
2.5. Провести разминку.

3. Требования охраны труда во время соревнований

3.1. Начинать и заканчивать соревнования только по сигналу (команде) судьи соревнований.
3.2. Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые судьёй соревнований.
3.3. Избегать столкновений с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам.
3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
3.5. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.
3.6. Перед прыжками в воду посмотреть отсутствие вблизи других участников соревнований.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При плохом самочувствии прекратить участие в спортивных соревнованиях и сообщить об этом судье соревнований.
4.2. При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом судье соревнований.

Соревнования продолжать только после устранения неисправности или замене спортивного инвентаря и оборудования.

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 охраны труда по окончании соревнований

5.1. Проверить по списку наличие всех участников соревнований.
5.2. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь и оборудование.
5.3. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
5.4. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Инструкция составлена зам. директора по УВР _____ / Я.В. Куликова