

**краевое государственное казенное учреждение для детей-сирот  
и детей, оставшихся без попечения родителей  
«Ачинский детский дом № 1»**

СОГЛАСОВАНО

Представитель трудового  
коллектива КГКУ «Ачинский детский дом  
№1»

\_\_\_\_\_ С.В. Гладилин  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

РАССМОТРЕНО

На заседании педагогического совета  
КГКУ «Ачинский детский дом №1»

Протокол № 02 от

« 12 » декабря 2016 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор КГКУ «Ачинский детский дом  
№1»

\_\_\_\_\_ В.А. Антропова  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ  
по охране труда и технике безопасности**

***Требования безопасности при участии в спортивных соревнованиях***

(наименование профессии, должности или вида работ)

**Ид-20 - 2017**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются воспитанники 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 падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- 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 или при прыжках с лыжного трамплина;
- обморожения при проведении спортивных соревнований по лыжам при ветре более 1,5-2,0 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 мелком месте или нахождении рядом других участников соревнований;
- проведение соревнований без разминки.

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

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

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

1.7. Инструктор (преподаватель, тренер) и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения в помещении. Место проведения соревнований (стадион и пр.) должно быть оснащено огнетушителями.

1.8. Лица, допустившие какое-либо невыполнение или нарушение инструкции по охране труда по спортивным и подвижным играм, должны быть привлечены к ответственности, а для всех обучающихся должен быть проведен внеплановый инструктаж.

**2. Требования безопасности перед началом соревнований**

- 2.1. Перед соревнованиями ознакомиться с инструкцией по охране труда и безопасности.
- 2.2. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую сезону и погоде. Провести разминку.
- 2.3. Проверить исправность и надежность установки спортивного инвентаря и оборудования.
- 2.4. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме - месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.
- 2.5. В местах соскоков со спортивных снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.
- 2.6. Необходимо убедиться в надежности установки и крепления стоек, перекладин и другого спортивного оборудования.

### **3. Требования безопасности во время соревнований**

- 3.1. Начинать соревнования и заканчивать их только по сигналу (команде) судьи соревнований.
- 3.2. Не нарушать правила проведения соревнований, соблюдать дисциплину, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые судьей 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 безопасности в аварийных ситуациях**

- 4.1. 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.
- 4.2. При плохом самочувствии прекратить участие в спортивных соревнованиях и сообщить об этом судье соревнований.
- 4.3. Став очевидцем получения травмы немедленно сообщить об этом судье соревнований, инструктору по физической культуре. Получив травму обратиться к медицинскому работнику.
- 4.4. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить соревнования, слушать команды распорядителя соревнований (инструктора, тренера), без паники эвакуироваться из здания через ближайший запасной выход.

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

- 5.1. Проверить по списку наличие всех участников соревнований.
- 5.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.
- 5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Инструкцию разработал: \_\_\_\_\_ / Должных Е.В