

СОГЛАСОВАНО  
Председатель профкома  
\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
протокол № \_\_\_\_ от « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
Приказ № \_\_\_\_ от " \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

СОГЛАСОВАНО  
Специалист по охране труда  
\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 202\_\_ г.

## **ИНСТРУКЦИЯ № 10** **по охране труда при проведении спортивных соревнований**

### **1 Общие требования безопасности**

1.1 К спортивным соревнованиям допускаются обучающиеся, прошедшие:

- вводный инструктаж;
- инструктаж по пожарной безопасности;
- первичный инструктаж на рабочем месте.

1.2 Обучающиеся подготовительной и специальной медицинских групп к спортивным соревнованиям не допускаются.

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 твердом покрытии;
- травмы при прыжках;
- травмы при нахождении в зоне броска во время спортивных соревнований по метанию;
- травмы при столкновении во время бега или спортивной игре, при падениях;
- обморожения при проведении спортивных соревнований при ветре 1,5-2 м в сек и при температуре воздуха ниже  $-20^{\circ}\text{C}$ ;
- травмы и утопления во время проведения спортивных соревнований на воде, при прыжках в воду вниз головой на мелком месте или нахождении рядом других участников соревнований;
- проведение соревнований без разминки.

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

1.5 При проведении спортивных соревнований должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочным материалом 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.

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

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

1.9 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 работы**

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

2.2 Проверить исправность и надежность установки спортивного инвентаря и оборудования.

2.3 Провести разминку.

## **3.Требование безопасности во время работы**

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

3.2 Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять команды, 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 для метания.

3.6 Перед прыжками в воду посмотреть отсутствие вблизи других участников соревнований.

## **4 Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1 При неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом судье соревнований. Соревнования продолжать только после устранения неисправности.

4.2 При плохом самочувствии 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.

## **5 Требования безопасности по окончании перевозки**

5.1 Проверить по списку наличие всех участников соревнований.

5.2 Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

5.3 Снять спортивную форму, спортивную обувь и принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.