Согласовано: Утверждаю:

Председатель ПК Заведующий МАДОУ ЦРР-д/с № 14

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.В. Чепрасова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.Д.Ландарь

«\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г. «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г.

***ИНСТРУКЦИЯ№ 9***

***при проведении спортивных соревнований***

**1.ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ**

1.1.К спортивным соревнованиям допускаются воспитанники, прошедшие медицинский осмотр.

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 твердом покрытии;

- травмы во время прыжков в длину или высоту при не подготовленной прыжковой яме;

- травмы при нахождении в зоне броска во время спортивных соревнований по метанию;

- травмы при столкновении во время бега или спортивной игре, при падениях во время спуска с горы на лыжах или прыжках с лыжного трамплина;

- обморожение при проведении спортивных соревнований по лыжам при ветре более 1,5-2 м\с при температуре воздуха ниже – 20 градусов.

- проведение соревнований без разминке.

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 пострадавшему.

1.6.О каждом несчастном случае с участниками спортивных соревнований немедленно сообщить руководителю соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости направить его в ближайшее лечебное заведение. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования соревнования прекратить и сообщить об этом руководителю соревнований.

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

1.8.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 ПЕРЕД НАЧАЛОМ СОРЕВНОВАНИЙ**

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.Тщательно разрыхлить песок в песковой 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 ВО ВРЕМЯ СОРЕВНОВАНИЙ**

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

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

3.3.Избегать столкновений с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по 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.

**4. ТРЕБОВАНИЯ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**

4.1.При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования сообщить об этом руководителю. 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 администрации .

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

**5.ТРЕБОВАНИЯ 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 тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Инструкцию составил Зам заведующего по ВМР

С инструкцией ознакомлена