|  |  |
| --- | --- |
|  | УТВЕРЖДАЮ  директор МОУ ДС «ДД №35»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Т.В.Евграфова  «\_\_\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2011г. |

**Правила поведения и техники безопасности для воспитанников**

**при проведении спортивных массовых мероприятий**

1. **Общие требования безопасности**

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются воспитанники, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Воспитанники 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 твердом 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, при падениях во время спуска с горы на лыжах или при прыжках с лыжного трамплина;  
- обморожение при проведении спортивных соревнований по лыжам при ветре более 1,5-2,0 м/с и при температуре воздуха ниже - 20оС;  
- 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. О каждом несчастном случае с участниками 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 соревнования прекратить и сообщить об этом руководителю соревнований.  
 1.7. Во время спортивных 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.

1. **Требования безопасности 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 прыжковой 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. Все острые и выступающие предметы должны быть заставлены матами и ограждены.  
 2.6. Провести разминку.

1. **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, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые судьей соревнования.  
 3.3. Избегать столкновений с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам.  
 3.4. При падении 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.

3.7. Не стоять справа от метающего, не находиться в зоне броска, не ходить за снарядами без разрешения преподавателя.

3.8. Запрещается играть с кольцами, браслетами на руках, серьгами в ушах и другими украшениями. Ногти должны быть коротко острижены.

3.9. Не толкать друг друга, не ставить подножки.

3.10. Запрещается жевать жевательную резинку.

3.11. Мобильным телефоном можно пользоваться с разрешения педагога.

3.12. Во время выполнения упражнений с мячами (теннисный, волейбольный, баскетбольный, футбольный, набивной) воспитанник обязан контролировать падение мяча, чтобы избежать умышленного травмирования других участников соревнований.

3.13. В случае возникновения конфликтной ситуации между участками соревнований немедленно обратиться к педагогу.

1. **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. О получении травмы участником соревнований немедленно сообщить судье соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

1. **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.