

УТВЕРЖДЕНА
Приказом директора
муниципального автономного учреждения
«Центр развития спорта»
Горноуральского городского округа
от 01.03.2023 г. № 44

ИНСТРУКЦИЯ

по технике безопасности обучающихся на спортивных соревнованиях

1. Общие требования безопасности

1. Обучающиеся при выезде на спортивные соревнования должны знать и строго соблюдать требования настоящей инструкции.

2. Перед выездом на спортивные соревнования обучающиеся должны ознакомиться с правилами дорожного движения, с инструкциями по режиму проведения соревнований и по технике безопасности вида спорта, по которому проводятся соревнования.

3. Для получения допуска к участию в соревнованиях обучающиеся обязаны пройти углубленное медицинское обследование.

4. Строго выполнять указания тренера-преподавателя, помогать младшим, если на это есть необходимость. Назначенный тренером-преподавателем, из числа обучающихся, «старший» помощник должен помогать тренеру-преподавателю в организации участников соревнования.

5. При участии в спортивных соревнованиях возможно воздействие следующих опасных факторов:

1) травмы при использовании неисправных спортивных снарядов и оборудования;

2) травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;

3) травмы во время прыжков в длину или высоту;

4) травмы при нахождении в зоне броска;

5) травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре, при падениях во время спуска с горы на лыжах или при прыжках с лыжного трамплина;

6) обморожения при проведении спортивных соревнований по лыжным гонкам при ветре более 1,5- 2,0 м/с и при температуре воздуха ниже -20 С;

7) проведение соревнований без разминки.

6. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования соревнования прекратить и сообщить об этом тренеру-преподавателю или судье соревнований.

2. Требования безопасности перед спортивными соревнованиями

7. Явиться к месту сбора команды в указанное время.

8. Без сопровождения тренера-преподавателя переезд к месту проведения

спортивных соревнований на автотранспорте запрещен.

9. Знать и соблюдать правила поведения в общественном транспорте.

10. Спортивные соревнования необходимо проводить в спортивной одежде и обуви, соответствующих виду спортивных соревнований, сезону и погоде.

11. Запрещается приступать к спортивным соревнованиям:

1) непосредственно после приема пищи;

2) после больших физических нагрузок;

3) при незаживших травмах и общем недомогании.

3. Требования безопасности во время спортивных соревнований

12. Передвигаться к местам размещения, приема пищи, проведения спортивных соревнований организовано. Если есть необходимость – то без опоздания к месту, обозначенному тренером-преподавателем.

13. Не допускать самовольных отлучек. Тренер-преподаватель всегда должен знать, где находится вверенный ему обучающийся или группа обучающихся.

14. Категорически запрещается обучающимся вступать в контакт с посторонними лицами и под любым предлогом уходить с ними без разрешения тренера-преподавателя. Немедленно сообщать тренеру-преподавателю о нахождении на территории спортивного комплекса, места проживания, организованного коллективного питания посторонних лиц, пытающихся вступить в контакт с обучающимися.

15. Входить на территорию спортивной площадки, зала и другого спортивного сооружения только под руководством тренера-преподавателя.

16. Перед началом спортивных соревнований выполнить разминку.

17. Запрещается без разрешения организаторов спортивных соревнований или судей начинать спортивные соревнования.

18. Во время спортивных соревнований выполнять установку тренера-преподавателя, слушать внимательно объяснения тренера-преподавателя, не вступать в спор с тренером-преподавателем во время подготовки к выступлению (игре).

19. Соблюдать правила спортивных соревнований и выполнять требования судей.

20. Выполнять требования техники безопасности по виду спорта, по которому проводятся спортивные соревнования.

21. Избегать столкновений с другими участниками спортивных соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам (кроме контактных видов спорта).

22. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

23. При обнаружении неисправности любого спортивного инвентаря и оборудования, немедленно поставить в известность тренера-преподавателя.

24. По окончании спортивных соревнований обучающиеся должны сообщить тренеру-преподавателю о своем физическом состоянии.

4. Требования безопасности аварийных ситуациях

25. В случае получения травмы немедленно прекратить выполнение упражнения и сообщить о случившемся тренеру-преподавателю.

26. В случае возникновения экстренной ситуации быстро и четко выполнять указания тренера-преподавателя.

27. При возникновении чрезвычайной ситуации (обнаружении неисправности спортивных снарядов и (или) приспособлений, появлении посторонних запахов, задымлении, возгорании и т.п.) немедленно сообщить об этом организатору или судье спортивных соревнований и действовать в соответствии с их указаниями.

5. Требования безопасности по окончании спортивных соревнований

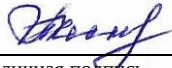
28. Не отлучаться от места сбора команды, указанного тренером-преподавателем.

29. С разрешения тренера-преподавателя пойти в раздевалку, снять спортивный костюм и спортивную обувь.

30. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

31. После возвращения со спортивных соревнований явиться домой.

Разработчик: инструктор-методист
должность


личная подпись

Т.В. Чеснокова
расшифровка подписи

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 206207823956372999289752484386853790447614924923

Владелец Гулящев Александр Юрьевич

Действителен с 23.04.2025 по 23.04.2026