

**Утверждено**  
Директор МБОУ ДО «Бичурская ДЮСШ»  
\_\_\_\_\_ В.И. Никонов  
(приказ МБОУ ДО «Бичурская ДЮСШ»  
от 22 апреля 2019 года № \_\_\_\_)

**Согласовано:**  
Председатель трудового коллектива  
\_\_\_\_\_ Л.А. Гнеушева  
(Протокол общего собрания коллектива  
от 22 апреля 2019 года № 2)

## **ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА НА СОРЕВНОВАНИЯХ ИОТ № 15-2019**

### **1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА**

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр, целевой инструктаж по охране труда и годные по состоянию здоровья.

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 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.

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 медицинская аптечка, 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 и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

1.9. Планирование соревнований должно обеспечивать выполнение поставленных задач и программы физической подготовки, соответствовать условиям служебной деятельности работников и реальным возможностям совершенствования физических способностей личного состава.

1.10. Лица, проводящие занятия по физической подготовке (проверки, соревнования), специалисты медицинской службы, физической подготовки и спорта обязаны принимать все

необходимые меры по предупреждению травматизма в процессе физической подготовки.

1.11. Предупреждение травматизма обеспечивается:

- тщательной подгонкой обмундирования, спортивной одежды и обуви, проверкой исправности и безопасности спортивных сооружений, мест выполнения упражнений, инвентаря и оборудования;
- проведением правильной и полной разминки мышц;
- правильной организацией и методикой проведения всех форм физической подготовки;
- поддержанием в процессе занятий и соревнований высокой дисциплины;
- строгим соблюдением правил проведения спортивных соревнований;
- заблаговременной подготовкой и применением средств страховки и оказанием помощи при выполнении упражнений (приемов), связанных с риском и опасностью, особенно при выполнении заданий по боевым приемам, с применением огнестрельного оружия и плаванию;
- учетом состояния здоровья и физической подготовленности сотрудников, особенно имеющих отклонения в состоянии здоровья или перенесших заболевания;
- постоянным наблюдением за внешними признаками утомления личного состава;
- разъяснительной работой среди личного состава о мерах предупреждения травматизма;
- соблюдением мер исключающих возможность обморожений, теплового и солнечного удара, других обморочных состояний.

## **2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА 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. 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. Обязательно провести разминку.

## **3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА 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 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 ОХРАНЫ ТРУДА 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. При получении травмы участником соревнований немедленно сообщить об этом судье

соревнований и администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

## 5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

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.

### ЛИСТ ОЗНАКОМЛЕНИЯ

с инструкцией по охране труда на соревнованиях

Инструкцию изучил и обязуюсь выполнять:

№ п/п	Ф.И.О.	Дата	Подпись
1.	Гнеушева Л.А. – тренер-преподаватель		
2.	Соковикова Л.Г. - тренер-преподаватель		
3.	Бибиков О.Ю.- тренер-преподаватель		
4.	Будожаров Д. А. – тренер-преподаватель		
5.	Коробенкова Н.С. – тренер - преподаватель		
6.	Любовников А. В. – тренер-преподаватель		
7.	Плясовской А. В. –тренер-преподаватель		
8.	Симонова Г. А. –тренер-преподаватель		
9.	Утенков В. П. – тренер - преподаватель		
10.	Байбаков А. О. – тренер - преподаватель		
11.	Петров М.А. – тренер-преподаватель		
12.	Ткачёв В.Т. – тренер-преподаватель		
13.	Аюшеев Б.А. – тренер-преподаватель		
14.	Аюшеев Б.А. – тренер-преподаватель		
15.	Слепнев М.Е. – тренер-совместитель		
16.	Непомнящих А.М. – тренер-совместитель		
17.	Кондакова М.С. – тренер-совместитель		
18.	Токарева Н.С. – тренер-совместитель		
19.	Базарова Д.В. – тренер-совместитель		
20.	Ефремов И.В. – тренер-совместитель		
21.	Сафонова И.Б. – тренер-совместитель		
22.	Мельникова Л.Л.– тренер-совместитель		
23.	Остапенко В.Н. – тренер-совместитель		
24.	Некипелов Е. С. – тренер-совместитель		
25.			
26.			
27.			

28.			
29.			
30.			
31.			
32.			
33.			
34.			
35.			
36.			
37.			
38.			
39.			
40.			
41.			
42.			
43.			
44.			
45.			
46.			
47.			
48.			
49.			
50.			
51.			
52.			
53.			