

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при проведении занятий
по спортивным и подвижным играм
(теннис, футбол, волейбол, баскетбол и др.)

ИОТ – 021 – 2003

1. Общие требования охраны труда.

1.1. К занятиям по спортивным и подвижным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на обучающихся опасных факторов:

- травмы при столкновениях;
- нарушение правил проведения игры;
- при падениях на мокром, скользком полу или площадке.

1.4. Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.5. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм должна быть медаптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.6. Руководитель занятий и обучающихся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.7. О каждом несчастном случае с обучающимися руководитель занятий обязан немедленно сообщать администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему.

1.8. В процессе занятий руководитель и обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.9. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с

правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования охраны труда перед началом занятий.

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Проверить надежность установки и крепления стоек и перекладин футбольных ворот, баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования.

2.3. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке.

2.4. Провести разминку, тщательно проверить спортивный зал.

3. Требования охраны труда во время занятий.

3.1. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) руководителя занятий.

3.2. Строго выполнять правила проведения подвижной игры.

3.3. Избегать столкновений с игроками, **толчков** и ударов по рукам и ногам игроков.

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя занятий.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

4.2. При получении обучающимися травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.3. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

5. Требования охраны труда по окончании занятий.

- 5.1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и провести влажную уборку спортивного зала.
- 5.2. Тщательно проветрить спортивный зал.
- 5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

**Инструкция по охране труда
при проведении спортивных соревнований
ИОТ - 022 - 2001**

1. Общие требования безопасности

1.1. К спортивным соревнованиям допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Обучающиеся 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 фундаменте 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;
- 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;
- 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 и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. 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. Провести разминку.

3. 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 соревнований.

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 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. 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 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.