

Инструкция № 8
по технике безопасности детей и подростков
при проведении занятий в спортивном зале, на спортивной площадке в лагере
с дневным пребыванием.

1. Общие требования безопасности

- 1.1. В спортивный зал допускаются дети, изучившие правила по технике безопасности, имеющие разрешение врача заниматься спортом.
- 1.2. На занятиях выполнять задачи, поставленные инструктором.
- 1.3. Перед выходом на спортивную площадку необходимо убедиться в исправности спортивного снаряжения. Обо всех неисправностях необходимо сообщать инструктору по физическому воспитанию, воспитателю или начальнику лагеря и не приступать к тренировке до устранения этих нарушений. Обувь для спортивного зала должна быть на нескользящей подошве (кроссовки, кеды).
- 1.4. Находиться в спортзале разрешается только в присутствии инструктора. При отсутствии инструктора не влезать на спортивные снаряды и оборудование.

2. Требования безопасности перед началом занятий

- 2.1. До начала тренировки прослушать инструктаж по технике безопасности.
- 2.2. Надеть исправную спортивную форму.
- 2.3. Проверить исправность спортивного инвентаря и снаряжения.

3. Техника безопасности во время занятий

- 3.1. Во время занятия быть внимательными, не отвлекаться и не отвлекать других.
- 3.2. Запрещается бросать спортивный инвентарь на пол и друг в друга, если это не предусмотрено заданием тренера.
- 3.3. Запрещается толкать друг друга, ставить подножки, цеплять клюшкой товарища.
- 3.4. Запрещается бегать по мокрому полу в зале.
- 3.5. Запрещается оставлять спортивный инвентарь без присмотра.
- 3.6. По окончании тренировки сдать спортивный инвентарь инструктору.
- 3.7. Если очень устали и тяжело дышать, прекратите бег и пойдите спортивной ходьбой или обычным пешим ходом. При головокружении или тошноте прекратите тренировку и сообщите об этом воспитателю, инструктору.
- 3.8. Если произошел несчастный случай, сообщить воспитателю, инструктору или начальнику лагеря о случившемся.
- 3.9. При прекращении подачи электроэнергии в зале сообщить воспитателю, инструктору или начальнику лагеря и покинуть помещение.
- 3.10. При затоплении помещения водой, при возникновении пожара сообщить воспитателю, инструктору или начальнику лагеря и покинуть помещение.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор МАОУ Упоровская СОШ
_____ Г.П.Медведева

« ___ » _____ 2020 г.

Инструкция №5 по технике безопасности при проведении спортивных и подвижных игр в оздоровительном лагере с дневным пребыванием детей

1. Общие требования инструктажа при проведении спортивных и подвижных игр в лагере.

- 1.1. Настоящая инструкция по технике безопасности при проведении спортивных и подвижных игр в оздоровительном лагере дневного пребывания разработана для всех участников игр (детей, сотрудников лагеря) с целью сбережения здоровья и жизни детей, предотвращения травмирования во время данных спортивных мероприятий на территории лагеря.
- 1.2. При проведении спортивных и подвижных игр в лагере с дневным пребыванием детей могут участвовать лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж.
- 1.3. Во время проведения спортивных и подвижных игр может отмечаться воздействие следующих опасных факторов:
 - травмы от столкновений, если нарушены правила проведения игры;
 - травмы во время падений на мокром, скользком полу или площадке.
- 1.4. Игры в летнем оздоровительном лагере дневного пребывания необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользящей подошвой.
- 1.5. Инструктор по физкультуре, воспитатели, вожатые и дети лагеря должны строго соблюдать правила противопожарной безопасности, знать, где находятся первичные средства пожаротушения.
- 1.7. О каждом несчастном случае с детьми сотрудник лагеря должен срочно поставить в известность начальника лагеря и оказать первую доврачебную помощь пострадавшему.
- 1.8. Во время игры воспитатель, вожатый и дети обязаны придерживаться правил проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и обуви, а также соблюдать правила личной гигиены.
- 1.9. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности при проведении спортивных и подвижных игр в оздоровительном лагере дневного пребывания, привлекаются к дисциплинарной ответственности согласно правилам внутреннего распорядка.

2. Требования безопасности во время проведения спортивных и подвижных игр в лагере.

- 3.1. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) инструктора по физкультуре, воспитателя (вожатого).
- 3.2. Строго следовать правилам проведения подвижной игры.
- 3.3. Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.
- 3.4. При падении следует сгруппироваться во избежание получения травмы.
- 3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) руководителя спортивной или подвижной игры.
- 3.6. По окончании спортивных и подвижных игр в лагере, можно снять спортивную одежду и тщательно вымыть руки и лицо с мылом.

