

Рассмотрено и рекомендовано к  
утверждению на заседании  
тренерско-методического  
совета протокол  
от 25.03.2019 г. № 7

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБУ «СШОР по водному  
поло» г.Казани  
Э.В.Васенин  
Приказ от 28 марта 2019 года №322

## **ИНСТРУКЦИЯ** по технике безопасности для обучающихся в МБУ «СШОР по водному поло» г.Казани при проведении спортивных соревнований

### **1. Общие требования**

- 1.1. К спортивным соревнованиям допускаются обучающиеся МБУ «СШОР по водному поло» г.Казани (далее - СШОР), прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.2. Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.
- 1.3. При проведении спортивных соревнований различного уровня возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:
  - травмы при проведении спортивных соревнований с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;
  - травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии, скользкой плитке в бассейне;
  - травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре;
  - 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;
  - ушибы, порезы при соревнованиях в плавательном бассейне.
  - проведение соревнований без разминки.
- 1.4. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру, который сообщает об этом администрации СШОР. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.
- 1.5. Спортивные соревнования необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующих водному поло, сезону и погоде.
- 1.6. Во время соревнований участники должны соблюдать правила ношения спортивной формы и спортивного инвентаря, правила личной гигиены.
- 1.7. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране 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. Провести разминку.

2.4. Во время разминки в плавательном бассейне строго соблюдать очередность и плыть только по своей стороне дорожки.

### **3. Требования безопасности во время проведения соревнований**

3.1. Начинать соревнования и заканчивать их только по команде судьи соревнований.

3.2. Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды, подаваемые судьей.

3.3. Избегать столкновения с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам.

3.4. Перед прыжками в воду посмотреть отсутствие вблизи других участников соревнований.

### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При плохом самочувствии, появлении во время занятий боли в руках, покраснении кожи или потертости на ладонях прекратить участие в соревнованиях и сообщить об этом судье соревнований.

4.2. При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом судье соревнований. Соревнования продолжать только после устранения неисправностей или замене спортивного инвентаря и оборудования.

4.3. При получении травмы участником соревнований немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом судье или администрации СШОР, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.4. При возникновении пожара в спортивном зале, плавательном бассейне немедленно прекратить соревнования, провести эвакуацию, при этом четко выполнять распоряжения судьи соревнований, исключив панику.

### **5. Требования безопасности по окончании соревнований**

5.1. Снять спортивную обувь, спортивный костюм или халат.

5.2. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки мылом.

5.3. Убрать спортивный инвентарь в отведенное для хранения место

Разработал  
Заместитель директора по СР



О.Н.Проснева