**Правила безопасности при проведении**

**спортивных соревнований, эстафет**



1.К занятиям по спортивным соревнованиям допускаются дети дошкольного возраста, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья. Воспитанники подготовительной и специальной медицинских групп к спортивным соревнованиям не допускаются.

2. Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения, установленные режимы занятий и отдыха.

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 твёрдом 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 столкновении во время бега или спортивной игры, при падениях во время спуска с горы на лыжах;

·Обморожение 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 с головой вниз на мелком месте или нахождении рядом других участников соревнований;

·Проведение соревнований без разминки.

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

5. Не допускается нахождение руководителя соревнований в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном употреблением наркотических средств, психотропных или токсичных веществ во время соревнований, курения в неустановленных местах.

6. Для оказания первой медицинской помощи при травмах: обязательно иметь медицинскую аптечку с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств.

7. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить об этом 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.

8. Во время спортивных соревнований воспитанники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, установленный порядок при проведении спортивных соревнований, правила личной гигиены.

9. Начинать соревнования и заканчивать их только по команде (сигналу) судьи соревнований.

10. Не нарушать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды (сигналы), подаваемые судьёй соревнований.

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

12. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

13. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.

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

15. Соблюдать правила личной гигиены, своевременно информировать руководителя спортивных соревнований об ухудшении состояния здоровья или травмах.

16.  Проверить по списку наличие воспитанников в группе.

17. Убрать в отведённое место спортивный инвентарь и оборудование.

18. Снять спортивную одежду и спортивную обувь, тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

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

20. При получении травмы участником соревнований немедленно сообщить об этом судье соревнований и администрации образовательного учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

 Эстафеты

Воспитанник должен:

21. Не начинать эстафету без сигнала руководителя физического воспитания.

22.  Выполнять эстафету по своей дорожке. Если ваш инвентарь оказался на полосе другой команды, осторожно заберите его, вернитесь на свою дорожку и продолжайте выполнять задание.

23. Не выбегать преждевременно из строя, пока стоящий перед вами игрок не закончил выполнять задание и не передал вам эстафету касанием руки.

24. После передачи эстафеты встать в конец своей команды, во время эстафеты не выходить из своего строя, не садиться и не ложиться на полы.