## ІНСТРУКЦІЯ

**з безпеки життєдіяльності**

**під час спортивно-масових заходів у закладі**

***І. Загальні положення***

1.1. Інструкція з безпеки життєдіяльності учнів під час спортивно-масових заходів у закладі поширюється на всіх учасників освітнього процесу.

1.2. Всі учасники навчально-виховного процесу повинні знати правила надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях.

1.3. Відповідальний за проведення спортивно-масового заходу, визначений наказом по закладу, а також вихованці закладу, що приймають участь у заході, дотримуються гігієнічних вимог, вимог охорони праці, безпеки життєдіяльності, пожежної та електробезпеки.

1.4. Всі учасники спортивно-масового заходу повинні знати правила евакуації з приміщення у разі надзвичайної ситуації.

1.5. У приміщенні на видному місці повинні бути вивішені правила поведінки та безпеки, план евакуації учнів на випадок пожежі або стихійного лиха.

1.6. На час проведення спортивно-масового заходу приміщення має бути оснащене достатньою кількістю первинних засобів пожежогасіння та мати не менше, ніж два виходи назовні.Відстань від найвіддаленішої точки підлоги до дверей, що ведуть до евакуаційного виходу, не повинна перевищувати 27 м. Двері, призначені для евакуації, повинні відчинятися у напрямку виходу з приміщення.

1.7. На час проведення спортивно-масового заходу має бути призначений черговий вчитель (вихователь).

1.8. Спортивне обладнання, що використовується в процесі заходу має бути надійно закріплене, відповідати вимогам безпеки.

1.9. Кількість місць у спортивній залі під часпроведення спортивно-масового заходу встановлюється з розрахунку 2,8 м2 на учня. Заповнювати зал понад встановлену норму забороняється.

1.10. Коридори, проходи і виходи з будівлі, призначені для евакуації людей, повинні бути вільними.

1.11. Двері приміщень підчас проведення спортивно-масового заходу не повинні бути замкнені на запори чи засуви, що важко відмикаються.

***ІІ. Вимоги безпеки перед початком спортивно-масових заходів***

2.1. Перед початком спортивно-масового заходу чітко визначається дата, час, місце проведення заходу.

2.2. До участі у спортивних змаганнях допускаються учні, які пройшли медичний огляд і не мають протипоказань щодо стану здоров’я.

2.1. Перед початком спортивно-масових заходів зала повинна бути ретельно провітрена. Припливно-витяжні системи повинні знаходитись у робочому стані. Повинно бути забезпечено достатнє природне та штучне освітлення.

2.3. Відповідальний за проведення заходу перед початком його проведення повинен:

- ретельно оглянути спортивне обладнання, що буде використовуватися в ході заходу, запасні виходи;

- переконатися в обладнанні приміщення засобами пожежогасіння;

- перевірити справність електроапаратури, задіяної в процесі заходу.

2.4. Всі учасники спортивно-масового заходу повинні бути проінструктовані з реєстрацією інструктажу в журналі встановленої форми.

2.5. Перед початком спортивно-масового заходу слід ознайомитися з порядком евакуації у разі виникнення пожежі, надзвичайної ситуації, сигналом тривоги та двома евакуаційними виходами і місцем збору після евакуації.

2.6. Самостійне пересування учнів по приміщенню або території, на якій відбувається спортивно-масовий захід, категорично заборонене.

***ІІІ. Вимоги безпеки під час спортивно-масових заходів***

3.1. Під час проведення спортивно-масового заходу із учнями повинен бути класний керівник чи класовод, який зобов’язаний стежити за виконанням заходів безпеки.

3.2. Під час участі у спортивно-масовому заході учні користуються спеціальним спортивним одягом та спортивним взуттям, що визначається правилами проведення змагань з окремих видів спорту,нігті повинні бути коротко обрізані, волосся зібране, травмонебезпечні прикраси (обручки, сережки, пірсинги, ланцюжки тощо) зняті.

3.3. Заборонено брати з собою на захід вогненебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймисті речовини, вогнезаймисту рідину тощо).

3.4. Спортивно-масові заходи повинні забезпечуватись медичним обслуговуванням (медичною сестрою, лікарем) для надання у разі потреби медичної допомоги.

3.5. Вхід та вихід із території, приміщення, де відбувається спортивно-масовий захід, слід здійснювати тільки за вказівкою дорослих.

3.6. У місцях стрибків необхідно мати гімнастичні мати.

3.7. Не виконувати вправи на приладах без страхування.

3.8. Не стояти біля гімнастичних, спортивних приладів під час виконання вправ іншими учнями.

3.9. При виконанні вправ поточним методом слідкувати за інтервалом.

3.10. При виконанні стрибків приземлення має бути м’яким із поступовим присіданням.

3.11. Не виконувати вправи, маючи вологі долоні.

3.12. При поганому самопочутті, пошкодженнях, запамороченнях, болях у ділянці серця, печінки, шлунково-кишкових розладах терміново звертатися до вчителя фізкультури, класного керівника, медичного робітника. Категорично заборонено продовжувати змагання при поганому самопочутті.

3.13. Заборонено під час спортивно-масових змагань вживати жувальну гумку, їжу (для запобігання удавлення), штовхати інших, підсідати під гравця, який вистрибує, робити підніжки, чіплятися за форму; переносити важкі прилади; змінювати висоту приладів без дозволу вчителя; переходити від приладу до приладу, видів змагань без дозволу вчителя.

3.14. Категорично заборонено під час спортивно-масових змагань провокувати інших словами, жестами, агресивною поведінкою, що можуть призвести до травмування, правопорушень.

3.15. Бути уважним до своїх особистих цінних речей (телефонів, грошей, годинників, прикрас тощо). Не залишати їх без нагляду, не передавати іншим для запобігання правопорушень.

3.16. На базі інших спортивних установ (закладів) не вступати в контакт із незнайомцями, не ходити по одному до туалетних кімнат, вузьких затемнених проходів, кутів тощо для запобігання скоєння насильства над дітьми, правопорушень.

***ІV. Вимоги безпеки після закінчення спортивно-масових заходів***

4.1. Вишикуватися для остаточної перевірки наявності після завершення спортивно-масового заходу.

4.2. Виходити з приміщення організовано під керівництвом класного керівника, класовода.

4.3. Кожному учневі після спортивно-масового заходу необхідно ретельно вимити руки та обличчя з милом.

4.4. Заборонено без дозволу вчителя (вихователя, класного керівника) залишати команду чи заклад, добираючись додому.

4.5. Рух додому здійснювати за обговореним маршрутом, дотримуючись правил дорожнього руху.

4.6. Відповідальному за проведення спортивно-масового заходу відімкнути від електромережі електроапаратуру, вимкнути освітлення, замкнути приміщення.

***V. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях***

5.1. У разі виникнення пожежі чи іншої аварійної ситуації не панікувати, не метушитися, залишатись у полі зору вчителя, класного керівника, чітко виконувати його вказівки, рухаючись до евакуаційних виходів.

5.2. Після евакуації вишикуватись у зазначеному місці, зазначити свою присутність для обліку евакуйованих дітей. Нікуди після евакуації без дозволу не йти.

5.3. У випадку ***пожежі*** відповідальний за проведення заходузобов’язаний:

а)негайно повідомити про пожежу у найближчу пожежно-рятувальну частину за телефоном **101,** дати сигнал тривоги для учасників заходу;

б) вжити всіх залежних від нього заходів щодо евакуації дітей з приміщень (дітей молодшого віку евакуювати в першу чергу). Евакуацію дітей треба починати з приміщення, де виникла пожежа, а також з приміщень, яким загрожує небезпека поширення пожежі;

в) направити евакуйованих дітей у безпечне місце (будівлю);

г) негайно приступити до гасіння пожежі своїми силами й наявними в установі засобами пожежогасіння;

д) для зустрічі викликаної пожежно-рятувальної частини треба виділити особу, яка повинна чітко проінформувати начальника частини, що прибула, про те, чи всі діти евакуйовані з будівлі, яка горить або задимлена, і в яких приміщеннях ще залишилися люди.

5.4. У випадку ***відключення електроенергії*** необхіднотерміново вимкнути все електрообладнання, яке знаходиться в роботі.

5.5. У разі аварії в ***системі водопостачання чи каналізації*** необхідно якнайшвидше перекрити крани водопостачання та викликати аварійну службу водоканалу.

5.6. У разі травмування учасника навчально-виховного процесу необхідно надати першу долікарську або медичну допомогу потерпілим (у разі присутності медичної сестри), викликати швидку медичну допомогу за телефоном **103.**

Розроблено

Вчитель фізкультури Деркач Н.Ю.

Погоджено

Заступник директора з навчально-виховної роботи Сороківська М.І.