


Согласовано:
Представитель трудового коллектива
 А.Е.Фролов
« » 2022г.

Утверждаю:
Директор МБУ СШ «Электрон»
С.В.Поволяко
« » 2022г.

Приказ № от « » 2022



ИНСТРУКЦИЯ № 32

ПО ПРАВИЛАМ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ В СПОРТИВНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНОМ ЛЕГЕРЕ С ДНЕВНЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

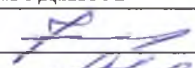



1. При отсутствии воспитателя не влезать на спортивные снаряды и оборудование.
2. Перед выполнением упражнений провести разминку и разогрев мышц.
3. Перед прыжками проверить прыжковую яму на отсутствие камней, стекла и других опасных предметов.
4. Не толкать друг друга, не ставит подножки.
5. Обувь должна быть на нескользящей подошве (кроссовки, кеды).
6. Если при беге себя плохо почувствовали, перейдите на шаг, а потом сядьте.
7. При игре в футбол и хоккей применяйте спецодежду (защитные щитки, наплечники, налокотники и другие защитные средства).
8. При беге по пересеченной местности будьте внимательны, чтобы не оступиться или не попасть в яму.
9. Если очень устали и тяжело дышать, прекратите бег и пойдите спортивной ходьбой или обычным пешим ходом. При головокружении или тошноте сообщите об этом.
10. Не играть в игры, которые могут привести к травме.

Подготовил(а) начальник
спортивно – оздоровительного
лагеря МБУ СШ «Электрон»

 /Т.А.Шлык/

Согласовано: ответственная за охрану труда  С.В.Поволяко

Лист ознакомления

№п/п	должность	Ф.И.О.	подпись
	Тренер	Фролов А.Е.	
	Тренер	Ариштанова И.А.	
	Тренер	Шлык Т.А.	
	Тренер	Колобнев	
	Тренер	М.В. Хмаря	