

**Інструкція з охорони праці № 20
під час занять спортивними іграми**

1. Загальні положення

1.1. Відкриті спортивні майданчики для ігор повинні бути розміщені в спортивній зоні на відстані не меншій, як 10 м від навчальних корпусів.

1.2. Спортивна зона повинна мати огорожу по периметру висотою 0,5-0,8м. Дозволяється як огорожу використовувати кущі з неотруйними і неколючими плодами.

1.3. Обладнання в спортивному залі або спортивному майданчику (волейбольні стійки, металічні конструкції, баскетбольні щити, гандбольні, футбольні ворота) повинні бути надійно закріплені. Поверхня спортивного залу або спортивного майданчику повинна бути рівна, чиста, без сторонніх предметів. Не менш, ніж на 2 м від спортивних майданчиків не повинно бути дерев, стовпів, парканів та інших предметів, що можуть спричинити травму.

1.4. Спортивні майданчики не можна огороджувати канавами, дерев'яними або цегляними бровками.

2. Вимоги безпеки перед початком занять

2.1. Перед початком занять перевірити поверхню спортзалу (майданчику), щоб не було сторонніх, гострих предметів, розбитого скла тощо.

2.2. Перевірити надійність кріплення баскетбольних щитів, кілець, стійок. М'ячі повинні бути цілими, відповідати стандартам.

2.3. Перевірити одяг, щоб він не сковував рухів і відповідав порі року та погодним умовам.

2.4. Звернути увагу на самопочуття та стан здоров'я.

3. Вимоги безпеки під час проведення занять

3.1. На заняття приходити тільки у м'якому взутті (без шипів). Забороняється одягати різного роду прикраси (кільця, персні, сережки, значки). Нігті мають бути коротко обрізаними.

3.2. Не можна передавати одночасно два (волейбольні, баскетбольні, гандбольні та футбольні) м'ячі, в тому числі тоді, коли відвернута увага в учасника гри: він чекає передачу від іншого.

4. Вимоги безпеки після закінчення занять

4.1. Перевірити самопочуття.

4.2. Зібрати спортінвентар.

4.3. Вийти зі спортивного залу (майданчика), вимкнути світло, провітрити приміщення.

4.4. Забороняється вживати холодну воду, виходити розігрітим на вулицю.

5. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях

5.1. У разі отримання травми, погіршення самопочуття негайно повідомити керівника занять.

5.2. Надати потерпілому першу медичну допомогу, повідомити лікаря, а в разі необхідності викликати швидку медичну допомогу за тел.103.

5.3. У випадку пожежі – викликати пожежну службу за тел.101.

**Провідний фахівець відділення кадрового
забезпечення ДУ «Житомирський навчальний
центр підготовки поліцейських»**



І.Є. Борковський