

«УТВЕРЖДАЮ»

Председатель Общественного
объединения «Гродненская
федерация эстетической групповой
гимнастики

О.А.Буянова

«28» мая 2018 г.

ИНСТРУКЦИЯ
по технике безопасности и правилам поведения
при проведении спортивно-массовых мероприятий по
эстетической групповой гимнастике

1. Общие требования безопасности:

1.1 К спортивно-массовым мероприятиям допускаются девочки в возрасте от 4 лет и старше, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья, а также имеющие страховой полис соответствующей категории для детей, занимающихся спортом.

1.2 Участники спортивно-массовых мероприятий обязаны соблюдать правила их проведения.

1.3 При проведении спортивно-массовых мероприятий, тренерам, хореографам и судьям необходимо учитывать воздействие на участников следующих опасных факторов:

- травмы при проведении спортивно-массовых мероприятий с использованием некачественного спортивного инвентаря;
- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- травмы при столкновениях во время исполнения спортивных упражнений;
- проведение мероприятия без разминки.

1.4 При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом организаторам мероприятия.

1.5 Спортивно-массовые мероприятия необходимо проводить в спортивной одежде и обуви, установленных правилами вида спорта эстетическая групповая гимнастика.

1.6 Во время спортивно-массовых мероприятий участники должны соблюдать правила личной гигиены.

1.7 Участники спортивно-массовых мероприятий, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности, могут быть отстранены судьями или организаторами от участия в мероприятии.

2. Требования безопасности перед началом спортивно-массового мероприятия:

2.1 Наличие у участников удобной сменной обуви с нескользкой подошвой для перемещения по спортивному комплексу. Форма должна быть без внешних застёгивающих элементов, способных мешать выполнению упражнений или нанести вред гимнастике.

2.2 Проверить качество спортивного инвентаря (ковров).

2.3 Обязательное проведение разминки.

2.4 Не допускается нахождение на выступающих спортсменках часов, цепочек, колец, браслетов, серёжек и других жестких или мешающих предметов.

2.5 Тренеры и хореографы обязаны удостовериться в хорошем физическом состоянии своих воспитанниц, допускающее их выступление на мероприятии. При наличии у спортсменок недомоганий, переутомлений, травм и различных заболеваний, тренер сообщает об этом судье, после чего принимается решение о возможности допуска спортсменки к мероприятию. Спортсменка обязана предупредить тренера или хореографа о имеющихся травмах, недомоганиях или иных причинах, не дающих возможности выступления.

3. Требования безопасности во время проведения спортивно-массового мероприятия:

3.1 Спортсменки обязаны неукоснительно выполнять установки тренера и хореографа, соблюдать технику безопасности и правила поведения в спортивном объекте.

3.2 Тренеры и хореографы обязаны чётко контролировать спортивно-тренировочный процесс своих воспитанниц, владеть информацией о их местонахождении, разъяснять и указывать им на недопустимость нарушения правил поведения в общественном месте.

3.3 Избегать столкновения с другими участниками мероприятия, не допускать толчков и ударов.

4. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях:

4.1 При обнаружении дефектов спортивного инвентаря сообщить об этом судье мероприятия. Спортивно-массовое мероприятие продолжать только после оперативного устранения выявленных дефектов или замене спортивного инвентаря.

4.2 При получении травмы участником мероприятия немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом судье или организаторам, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.3 При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить мероприятие, провести эвакуацию, при этом четко выполнять распоряжения судьи спортивно-массового мероприятия, исключив панику.

4.4 Поведение и действие всех лиц в условиях аварийной ситуации должны быть объективными, быстрыми и эффективными. Руководство действиями в

аварийной ситуации осуществляет организатор мероприятия или представитель администрации спортивного объекта.

5. Участники мероприятия должны соблюдать следующие нормы поведения:

5.1 Уважительно относиться ко всем членам команды, соперникам, гостям, болельщикам, организаторам и обслуживающему персоналу спортивного объекта.

5.2 Бережно относиться к спортивному инвентарю, оборудованию залов и других помещений, поддерживать чистоту и порядок в раздевалках и подсобных помещениях. Не разбрасывать вещи.

5.3 Спокойно и достойно вести себя в спортивном объекте. Не бегать, не создавать излишний шум, не создавать предпосылки к нанесению травм себе и окружающим.

6. Родителям, ответственным представителям ребенка:

6.1 Не должны оставлять ребёнка одного в холле спортивного объекта между тренировками и соревновательным процессом.

6.2 Доводить ребёнка непосредственно в раздевалку и затем передавать его под ответственное воспитание тренеру или хореографу.

6.3 Не разрешается приводить ребёнка на мероприятие при физических недомоганиях, переутомлениях, травмах и различных заболеваниях.

6.4 В случае травм и физических заболеваний заблаговременно предупредить тренера о причине невозможности участия в мероприятии.

Примечание. Инструкция вступает в силу с момента подписания и обязательна к исполнению всеми участниками (спортсменки, тренеры, хореографы, судьи, организаторы, родители) спортивно-массовых мероприятий, проводимых ОО «Гродненская федерация эстетической групповой гимнастики» под эгидой Белорусской ассоциации эстетической групповой гимнастики.