

ІНСТРУКЦІЯ ОП - 03
з охорони праці для студентів Відокремленого структурного
підрозділу «Ірпінський фаховий коледж НУБіП України» при
проведенні спортивних змагань

1. Спортивні змагання проводяться під суворим керівництвом викладача фізичного виховання керівника фізичної культури.
2. Перед початком змагань надіньте спортивний одяг та взуття. Переконайтеся в тому, що одяг не заважає пересуванню, взуття зручне, підошва не ковзає і шнурки зав'язані.
3. Також перед початком переконайтеся в тому, що ви себе добре відчуваєте, не болить голова, не нудить. У разі поганого самопочуття зверніться до керівника фізичного виховання.
4. Змагання починаються і закінчуються за рішенням судді та його сигналом.
5. Не порушуйте правила проведення змагань, строго виконуйте всі команди (сигнали), що подаються суддею.
6. Не відволікайте інших учасників змагань, уникайте зіткнень з ними.
7. Грайте чесно. Не виконуйте навмисно (або випадково) поштовхів і ударів по руках і ногах учасника.
8. Перед виконанням вправ по метанню переконайтеся в тому, що в області метання немає сторонніх людей.
9. При падіннях необхідно згрупуватися, щоб уникнути отримання травми.
10. Під час змагання в бігу не починайте виконувати вправи, поки попередній гравець не закінчив вправу, дотримуйтесь безпечної відстані.
11. Спортивний інвентар використовуйте тільки за призначенням і з дозволу керівника фізичного виховання.
12. У разі отримання травми або поганого самопочуття необхідно повідомити про це керівника фізичного виховання.
13. Не штовхайте і не відволікайте студентів, які знаходяться на спортивному знарядді і виконують вправи.

Інженер з охорони праці



Любов ПРИЙМАЧЕНКО