

«УТВЕРЖДАЮ»

Председатель Белорусской
ассоциации эстетической
групповой гимнастики
Тананайко В.Н.

«16» декабря 2017 года

(Решение Президиума БАЭГГ от
15.12.2017 протокол №9)

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

1. Общие требования безопасности:

1.1 К соревнованиям 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 спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.

1.3. При проведении спортивных соревнований тренерам, хореографам и судьям необходимо учитывать воздействие на спортсменов следующих опасных факторов:

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

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

1.5. Спортивные соревнования необходимо проводить в спортивной одежде и обуви, установленных правилами вида спорта эстетическая гимнастика.

1.6. Во время соревнований участники должны соблюдать правила личной гигиены.

1.7. Участники соревнований, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности могут быть отстранены судьями или организаторами от участия в соревнованиях.

2. Требования безопасности перед началом соревнований:

2.1. Наличие у спортсменок 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 гимнастке.

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 соревнованиях. При наличии у спортсменок недомоганий, переутомлений, травм и различных заболеваний, тренер сообщает об этом судье, после чего принимается решение о возможности допуска спортсменки к соревнованиям. Спортсменка обязана предупредить тренера или хореографа о имеющихся травмах, недомоганиях или иных причинах не дающих возможности выступления.

3. Требования безопасности во время проведения соревнований:

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 соревнований, не допускать толчков и ударов.

4. Требования безопасности в чрезвычайных ситуациях:

4.1. При обнаружении дефектов спортивного инвентаря сообщить об этом судье соревнований. Соревнования продолжать только после оперативного устранения выявленных дефектов или замене спортивного инвентаря.

4.2. При получении травмы участником соревнований 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 соревнования, провести эвакуацию, при этом четко выполнять распоряжения судьи соревнований, 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 соревнований 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:

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 соревнования при физических недомоганиях, переутомлениях, травмах и различных заболеваниях.

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

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