**Инструкция по технике безопасности при проведении спортивных, подвижных игр и соревнований**

* Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую сезону и погоде; провести разминку.
* начинать соревнования и заканчивать их только по команде воспитателя;
* соблюдать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды, подаваемые воспитателем;
* избегать столкновения с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам;
* при падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.
* При плохом самочувствии, появлении во время занятий боли прекратить участие в соревнованиях и сообщить об этом воспитателю;
* При возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом начальнику лагеря.
* Соревнования продолжать только после устранения неисправностей или замене спортивного инвентаря и оборудования.
* при получении травмы участником соревнований немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом начальнику лагеря или администрации школы, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.