ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ № \_\_\_\_\_\_\_\_\_

від 11.09.2025 р.

**ІНСТРУКЦІЯ № 5-БЖ**

**З БЕЗПЕКИ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ**

**для здобувачів позашкільної освіти під час**

**спортивно-масових заходів на базі закладу позашкільної освіти та інших установ**

1. **Загальні положення.**
   1. Інструкція з безпеки життєдіяльності для здобувачів позашкільної освіти під час спортивно-масових заходів на базі закладу позашкільної освіти, а також інших закладів поширюється на всіх учасників освітнього процесу під час спортивно-масових заходів на базі закладу позашкільної освіти, а також інших установ.
   2. Інструкцію розроблено відповідно до «Положення про організацію роботи з охорони праці та безпеки життєдіяльності учасників освітнього процесу в установах і закладах освіти», затвердженого Наказом Міністерства освіти і науки України від 26.12.2017 № 1669.
   3. Всі учасники освітнього процесу повинні знати правила надання першої (долікарської) допомоги при характерних ушкодженнях.
2. **Вимоги з безпеки життєдіяльності для здобувачів позашкільної освіти під час спортивно-масових заходів на базі закладу позашкільної освіти та інших установ.**
   1. Вимоги з безпеки життєдіяльності для здобувачів позашкільної освіти перед початком спортивно-масових заходів на базі закладу позашкільної освіти та інших установ.
      1. Перед початком спортивного заходу чітко визначити дату, день, час, місце проведення заходу. Якщо ви не встигаєте або не можете взяти участь у заході, слід завчасно повідомити про це керівника за телефонним зв’язком.
      2. До участі у спортивних змаганнях допускаються здобувачі позашкільної освіти, які пройшли медичний огляд і не мають протипоказань щодо стану здоров’я, мають довідку із візою лікаря, результати кардіологічного обстеження.
      3. Під час участі у спортивно-масових заходах здобувачів позашкільної освіти користуються спеціальним спортивним одягом (спортивний костюм) та спортивним взуттям, що визначається правилами проведення змагань з окремих видів спорту. Брати участь у спортивно-масових заходах без спортивного одягу, спортивного взуття не можна.
      4. Спортивно-масові заходи повинні забезпечуватись медичним обслуговуванням (медичною сестрою, лікарем).
      5. Перед початком спортивно-масових змагань слід ознайомитися з порядком евакуації дітей у разі виникнення пожежі, надзвичайної ситуації, сигналом тривоги та двома евакуаційними виходами і місцем збору після евакуації.
      6. Самостійне пересування здобувачів позашкільної освіти по приміщенню або території, на якій відбувається спортивно-масовий захід, категорично заборонене.
      7. Вхід та вихід із території, приміщення, де відбувається спортивно- масовий захід, слід здійснювати тільки за вказівкою дорослих.
      8. Заборонено брати з собою вогненебезпечні предмети, що можуть спричинити пожежу (запальнички, сірники, петарди, бенгальські вогні, феєрверки, цигарки, легкозаймисті речовини, вогнезаймисту рідину тощо).
      9. Для здійснення харчового режиму впродовж дня, якщо змагання виїзні, то на весь день, учні мають узяти з собою запас питної води (заборонено брати зафарбовані напої) – мінеральної, а не газованої, набір харчових продуктів (овочі, фрукти, печиво, зварене на круто яйце, добре прокопчена ковбаса). Для запобігання отруєнню категорично заборонено брати сирні продукти, салати з майонезом, варені ковбаси, сардельки, вершкове масло, сухарики, чіпси, жувальні гумки, консерви тощо.
      10. Під час прийому їжі слід дотримуватися санітарно-гігієнічних норм, мати засоби особистої гігієни (серветки, мило тощо).
      11. Керівник команди здобувачів позашкільної освіти повинен мати з собою похідну аптечну.
   2. Вимоги безпеки життєдіяльності здобувачів позашкільної освіти під час спортивно-масових заходів на базі закладу освіти та інших установ.
      1. Чітко дотримуватися вимог техніки безпеки, безпеки життєдіяльності здобувачів позашкільної освіти під час участі у спортивно-масових заходах; виконувати вправи змагань тільки за вказівкою дорослих, прослухавши інструктаж.
      2. Брати участь у спортивно-масових заходах разом із керівником групи, тренером.
      3. Під час спортивно-масових заходів здобувачі позашкільної освіти повинні бути одягнені тільки у спортивну форму, нігті коротко обрізані, волосся зібрати, зняти травмонебезпечні прикраси (обручки, сережки, пірсинги, ланцюжки тощо).
      4. Взуття має бути спортивне, з гумовою підошвою.
      5. При виконанні вправ поточним методом слідкувати за інтервалом.
      6. Після занять потрібно помити руки з милом.
      7. Бути уважним при виконанні вправ. У разі виявлення пошкоджень на приладах, бігових доріжках, негайно повідомити про це керівника групи, тренера. Категорично заборонено виконувати вправи на пошкоджених приладах.
      8. При поганому самопочутті, потертостях, пошкодженнях, запамороченнях, болях у ділянці серця, печінки, шлунково-кишкових розладах терміново звертатися до керівника групи, тренера, медичного робітника. Категорично заборонено продовжувати змагання при поганому самопочутті.
      9. Заборонено під час спортивно-масових змагань вживати жувальну гумку, їжу (для запобігання удавлення), штовхати інших, підсідати під гравця, який вистрибує, робити підніжки, чіплятися за форму; переносити важкі прилади.
      10. Категорично заборонено під час спортивно-масових змагань провокувати інших словами, жестами, агресивною поведінкою, що можуть призвести до травмування, правопорушень.
      11. Бути уважним до своїх особистих цінних речей (телефонів, грошей, годинників, прикрас тощо). Не залишати їх без нагляду, не передавати іншим для запобігання правопорушень.
      12. На базі інших спортивних установ (закладів) не вступати в контакт із незнайомцями, не ходити по одному до туалетних кімнат, вузьких затемнених проходів, кутів тощо для запобігання скоєння насильства над дітьми, правопорушень.
   3. Вимоги безпеки життєдіяльності здобувачів позашкільної освіти після закінчення спортивно-масових заходів на базі закладу позашкільної освіти та інших установ.
      1. Вишикуватися для остаточної перевірки наявності здобувачів позашкільної освіти після завершення спортивно-масового заходу.
      2. Кожному здобувачу позашкільної освіти після спортивно-масового заходу необхідно ретельно вимити руки та обличчя з милом.
      3. Заборонено без дозволу керівника групи, тренера залишати команду, добираючись додому.
      4. Рух додому здійснювати за обговореним маршрутом, дотримуючись правил дорожнього руху.
3. **Вимоги безпеки життєдіяльності здобувачів позашкільної освіти в аварійних ситуаціях.**
   1. У разі появи у здобувачів позашкільної освіти больового відчуття, при поганому самопочутті слід припинити заняття і сповістити про це керівника групи, тренера.
   2. У разі виникнення пожежі, аварійної ситуації, не панікувати, не метушитися, залишатись у полі зору керівника групи, тренера, чітко виконувати його вказівки, рухаючись до евакуаційних виходів.
   3. Після евакуації вишикуватись у зазначеному місці, під час переклички зазначити свою присутність для обліку евакуйованих дітей. Нікуди після евакуації без дозволу керівника групи, тренера не йти.
   4. Якщо непередбачувана ситуація виходить з-під контролю дорослих, слід терміново зв’язатися за телефонним зв’язком за номерами екстрених служб: 101 – пожежна охорона;
4. – поліція;
5. – швидка медична допомога; 104 – газова служба,

коротко описати ситуацію, кількість людей, адресу, за якою відбувається захід, назвати своє прізвище, ім’я, номер свого телефону.

* 1. Під час евакуації натовпу, не захаращувати проходи, у жодному разі не ховатися у кутки, під сходи, у шафи тощо – це може заважати рятівникам надати вам допомогу.

Інструкцію розробив:

Заступник директора О.Д. Каюков