

ИНСТРУКЦИЯ

по технике безопасности для обучающихся МБУ ДО СШ №1 г.Шахты на занятиях по футболу

I. Общие требования безопасности

1. К занятиям по футболу допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие медицинских противопоказаний.
2. Опасность возникновения травм:
 - при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
 - при нахождении в зоне удара;
 - при наличии посторонних предметов на поле;
 - при слабо укрепленных воротах;
 - при игре без надлежащей формы (щитки, бутсы и т.д.).
3. У тренера-преподавателя должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.
4. Обучающиеся должны быть в спортивной форме, предусмотренной правилами игры.

II. Требования безопасности перед началом занятий

1. Надеть спортивную футбольную форму и обувь с шипованной подошвой.
2. Тщательно проверить отсутствие на поле посторонних предметов, ям, луж и т.д.
3. Провести физическую разминку.
4. Внимательно прослушать инструктаж по ТБ при игре в футбол.

III. Требования безопасности во время занятий

1. Опоздавшие допускаются к занятиям, только после самостоятельной разминки.
2. Во время занятий на поле не должно быть посторонних лиц.
3. При выполнении прыжков, столкновениях и падениях футболист должен уметь применять приёмы самостраховки.
4. Соблюдать игровую дисциплину, не применять грубые и опасные приёмы.
5. За воротами и в 10 метрах от поля не должны находиться посторонние лица.

IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях

1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.
2. При получении травмы немедленно сообщить о случившемся тренеру-преподавателю.
3. Все обучающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь.

V. Требования безопасности по окончании занятий

1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
2. Снять спортивную форму и спортивную обувь.
3. Обо всех недостатках, отмеченных во время занятия, сообщить тренеру-преподавателю.