

# Инструкция по технике безопасности на занятиях по футболу

Выполнил:  
Красильников А.В., учитель физической культуры

МАОУ СОШ 3 УИОП г. Усинска, 2015 г.

# Общие требования безопасности

- К занятиям по футболу допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности
- Опасность возникновения травм:
  - при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
  - при нахождении в зоне удара;
  - при наличии посторонних предметов на поле;
  - при слабо укреплённых воротах;
  - при игре без надлежащей формы (щитки, бутсы и т.д.)

- У тренера-учителя должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим
- Занимающиеся должны быть в спортивной форме, предусмотренной правилами игры

# Требования безопасности перед началом занятий

- Надеть спортивную футбольную форму и обувь с шипованной подошвой
- Тщательно проверить отсутствие на поле посторонних предметов, ям, луж и т.д.

- Провести физическую разминку
- Внимательно прослушать инструктаж по ТБ при игре в футбол

# Требования безопасности во время занятий

- Опоздавшие к рапорту дежурного к занятиям не допускаются
- Во время занятий на поле не должно быть посторонних лиц

- При выполнении прыжков, столкновениях и падениях футболист должен уметь применять приёмы самостраховки
- Соблюдать игровую дисциплину, не применять грубые и опасные приёмы
- За воротами и в 10 метрах от поля не должны находиться посторонние лица

# Требования безопасности в аварийных ситуациях

- При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю - тренеру
- При получении травмы немедленно сообщить о случившемся тренеру
- Все занимающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь



# Требования безопасности по окончании занятий

- Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
- Снять спортивную форму и спортивную обувь.
- Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.