



# Техника безопасности при игре в футбол

## Общие требования безопасности

- 1. К занятиям по футболу допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по ТБ.
- 2. Занимающиеся должны быть в спортивной форме, предусмотренной правилами игры.
- 3. У тренера-учителя должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.
- 4. При получении травмы, а также при плохом самочувствии обучающиеся должны немедленно сообщить об этом.
- 5. Присутствие учащихся на занятиях в спортивном зале и на спортивной площадке допустимо только в присутствии учителя.
- 6. Запрещается загромождать проходы в раздевалках портфелями, сумками, передвигать скамейки.
- 7. Не выносить из спортивного зала, без указания учителя, любой спортивный инвентарь.



# Экипировка игроков

Обязательная экипировка игрока состоит из:

- футболка с рукавами;
- шорты;
- гетры – тейпы или другие материалы, используемые или накладываемые сверху гетр, должны быть того же цвета, что и часть гетр, на которую они накладываются или закрывают;
- щитки – должны быть сделаны из пригодного материала, обеспечивающего достаточную степень защиты и полностью закрыты гетрами;
- удобная обувь.

Разрешена безопасная защитная экипировка, например, головной убор, маска, наколенники и налокотники, изготовленные из мягких, набивных материалов, то же относится к кепке вратаря и спортивным очкам.

- Также две команды должны использовать такие цвета в одежде, чтобы отличаться друг от друга, каждый вратарь должен использовать цвета, которые отличают его от других игроков и официальных лиц матча.



# Требования безопасности перед началом занятий

- 1. Надеть спортивную футбольную форму и специальную обувь.
- 2. Тщательно проверить отсутствие на поле посторонних предметов.
- 3. Провести физическую разминку.
- 4. Внимательно прослушать инструктаж по ТБ при игре в футбол.
- 5. Под руководством учителя подготовить спортивный инвентарь, необходимый для проведения урока.
- 6. Если занятия проводятся на улице, учащиеся выходят из помещения в сопровождении учителя.

# Требования безопасности во время занятий

- 1. Во время занятий на поле не должно быть посторонних лиц.
- 2. При выполнении прыжков, столкновениях и падениях игрок должен уметь применять приёмы самостраховки.
- 3. Соблюдать игровую дисциплину, не применять грубые и опасные приёмы.
- 4. Внимательно слушать и четко выполнять указания учителя.
- 5. Выполнять упражнения только на исправных снарядах.
- 6. Не покидать самовольно место занятий.
- 7. Не выполнять другие действия без разрешения учителя физкультуры.
- 8. Во время занятий на улице, категорически запрещено покидать спортивную площадку, где проходит урок и тем более территорию школы.
- 9. На занятиях запрещается жевать жевательную резинку, принимать какую-либо пищу.



# Требования безопасности по окончании занятий

- 1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
- 2. Учащиеся должны переодеться в раздевалке. Там дети должны вести себя тихо, не кричать, не мешать другим учащимся.
- 3. Снять спортивную форму и спортивную обувь.
- 4. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

# Требования безопасности в аварийных ситуациях

- 1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-учителю.
- 2. При получении травмы немедленно сообщить о случившемся учителю.
- 3. Все занимающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь.
- 4. Необходимо сохранять спокойствие, четко выполнять указания учителя физкультуры и его по указанию, быстро и без паники покинуть спортивную площадку.
- 5. Обо всех поломках спортивных снарядов и спортивного инвентаря оперативно сообщать учителю, не пытаться починить самостоятельно.



**Спасибо за внимание**