

Государственное автономное общеобразовательное учреждение
«Лицей № 1 им. М.К.Тагирова» г. Альметьевск
(ГАОУ «Лицей № 1 им.М.К.Тагирова»)

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим советом
ГАОУ «Лицей № 1 им.М.К.Тагирова»
(протокол от 19.06.25 № 11)

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГАОУ «Лицей № 1
им.М.К.Тагирова»
Р.М.Шакиров



**ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ
на занятиях спортивной секции по футболу**

1. Общие положения

1.1. Данная инструкция по технике безопасности на занятиях спортивной секции по футболу разработана для учащихся, которые занимаются изучением техники игры в футбол и непосредственно играют в футбол.

1.2. Занятия секции по футболу включают в себя следующие разделы:

1. Техническая подготовка.
2. Тактическая подготовка.
3. Специальная силовая подготовка:

- развитие прыгучести;
- развитие быстроты;
- развитие реакции.

1.3. К занятиям по футболу допускаются учащиеся основной медицинской группы. Занятия проводятся на стадионе и в спортивном зале.

1.4. Учащиеся занимаются на занятиях по футболу в спортивной форме и обуви установленного образца с учетом всех санитарно-гигиенических требований и норм.

1.5. Учащиеся не допускаются к занятиям при отсутствии надлежащей спортивной формы, а также в случае заболевания и плохого самочувствия.

1.6. Занятия спортивной секции по футболу проводятся согласно расписанию.

1.7. Учащиеся должны знать, что при занятиях спортивными играми возможно возникновение травм в результате:

- столкновений игроков на площадке во время игровых действий и нарушения правил игры;
- падений из-за дефектов пола, наличия посторонних предметов на площадке или вблизи нее;
- разминки, не обеспечивающей разогрев организма и мышц для повышения их эластичности;
- отсутствия в экипировке игроков защитных средств (наколенников);
- высокой или низкой температуры воздуха в спортивном зале, отличающейся от нормативов;
- несоблюдения дистанции и интервалов при перемещениях игроков на игровой площадке.

1.8. В спортивном зале должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.9. Все учащиеся должны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и эвакуационных выходов.

1.10. Спортивный зал должен быть оснащен огнетушителями, автоматической системой пожарной сигнализации, приточно-вытяжной вентиляцией.

1.11. Педагог спортивной секции по футболу или учащиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности на занятиях по футболу привлекаются к дисциплинарной ответственности, при необходимости с учащимися проводится внеплановый инструктаж.

2. Требования безопасности перед началом занятия футболом

2.1. На перемене учащиеся переодеваются в раздевалках в надлежащую спортивную форму и обувь. В раздевалках соблюдают чистоту и порядок. Каждая группа складывает свои вещи отдельно от другой.

2.2. Занятие спортивной секции начинается с построения.

2.3. Перед изучением новой темы учащиеся проходят инструктаж по технике безопасности, о чем делается запись в соответствующем журнале регистрации проведения инструктажа по вопросам техники безопасности.

3. Требования безопасности во время занятий футболом

3.1. На занятиях спортивной секции по футболу учащиеся выполняют программные упражнения и сдают учебные нормативы.

3.2. На занятиях по футболу учащиеся обязаны:

- выполнять общую и специальную разминку;
- при выполнении упражнений с мячами мячи передавать точно, не резко; по команде педагога останавливать мяч ногой;
- во время работы с мячами быть внимательными, собранными, выполнять команды и распоряжения педагога;
- во время учебной игры соблюдать правила, вести себя корректно по отношению к сопернику;
- овладевать основными приемами обращения с мячом на месте и в движении в облегченных условиях и при учете основных тактических правил;
- во время технической тренировки уделять одинаковое внимание разминке и развитию обеих ног;
- заниматься только на хорошо подготовленном поле.

3.3. На занятиях по футболу учащимся запрещается без разрешения педагога брать и бросать мячи, самостоятельно без команды педагога начинать упражнения.

3.4. На занятиях спортивной секции по футболу учащиеся овладевают методами самоконтроля. При плохом самочувствии на занятии учащийся должен немедленно прекратить занятие, уведомить педагога и обратиться в медпункт школы.

3.5. Во избежание травмирования при проведении занятий по футболу учащиеся должны:

- внимательно слушать объяснения упражнений и правильно их выполнять;
- брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения учителя;
- выполнять упражнения только на исправном оборудовании;
- при выполнении упражнений потоком соблюдать достаточные интервал и дистанцию;
- быть внимательными при перемещениях по спортивной площадке: не мешать другим, не ставить подножек, избегать столкновений;
- не покидать территорию спортивной площадки без разрешения.

4. Требования техники безопасности по окончании занятия футболом

4.1. По команде педагога спортивной секции учащиеся обязаны построиться в шеренгу.

4.2. После подведения итогов и уборки в отведенное место спортивного инвентаря учащиеся строем покидают спортзал или спортивную площадку и расходятся по раздевалкам, избегая столкновений.

4.3. Учащиеся обязаны снять спортивную одежду и спортивную обувь, тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5. Требования безопасности в аварийных ситуациях на занятиях по футболу

5.1. В процессе занятий спортивной секции по футболу учащиеся обязаны предупреждать возникновение аварийных ситуаций:

- соблюдать правила техники безопасности перед, во время и по окончании занятий спортивной секции;
- не использовать спортивное оборудование и инвентарь не по назначению и без указания педагога спортивной секции;
- не приносить на занятия запрещенные предметы и вещества;
- не уходить самовольно с занятия;
- не оставаться в раздевалках на время занятия;
- в случае аварийной ситуации следовать указаниям педагога спортивной секции.

5.2. Поведение и действия всех лиц в условиях аварийной ситуации должны быть объективными, быстрыми и эффективными, без провокаций и паники.

Инструкцию составил:

Заместитель
директора по ВР

Искандарова А.М.