

**Автономная Некоммерческая Организация  
Футбольный Центр «ТРУД»**



**ИНСТРУКЦИЯ  
по технике безопасности и информация по организации  
тренировочных занятий по футболу**

**УТВЕРЖДАЮ:**

**Председатель правления  
АНО «Футбольный центр «Труд»**

\_\_\_\_\_ **О.В. Зиновьев**

**Воронеж  
2018**

## **ИНСТРУКЦИЯ по технике безопасности.**

### **1. Общие требования безопасности.**

1.1. К занятиям по футболу допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний к занятиям в ФЦ «ТРУД».

1.2. При проведении занятий должно соблюдаться расписание тренировочных занятий, учитывающее установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по футболу возможно воздействие на воспитанников следующих опасных факторов:

- травмы при столкновениях, при нарушении правил проведения игры, при падениях на мокром, скользком полу спортивного зала, футбольного поля или игровой площадке.

1.4. Занятия по футболу должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.5. При проведении занятий по футболу должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.6. Тренер и воспитанники обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.7. О каждом несчастном случае с воспитанниками тренер обязан немедленно сообщить руководству ФЦ «ТРУД»,

1.8. В процессе занятий тренер и воспитанник должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.9. Лица, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего распорядка.

### **2. Требования безопасности перед началом занятий.**

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Проверить надежность установки и крепления футбольных ворот, а также стоек и перекладин футбольных ворот.

2.3. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на поле или спортивной площадке.

2.4. Провести разминку.

### **3. Требования безопасности во время занятий.**

3.1. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) руководителя занятий.

3.2. Строго выполнять правила проведения игры.

3.3. Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.

3.4. При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) тренера.

### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.**

4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом руководству футбольного центра. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

4.2. При получении воспитанника травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом руководству футбольного центра, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.3. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать обучающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

### **5. Требования безопасности по окончании занятий.**

5.1. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь.

5.2. Если занятия проводились в спортивном зале, тщательно его проветрить.

5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

## ИНФОРМАЦИЯ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА

для тренеров, воспитанников, родителей и персонала футбольного центра «ТРУД».

В целях оптимизации использования спортивного объекта для организации и проведения тренировочного процесса, а так же создания условий пропускного режима в спортивном сооружении, неукоснительное выполнение нижеперечисленных требований, позволит свести к минимуму организационные трудности, связанные с большим количеством воспитанников одновременно занимающихся в футбольном центре:

1. Проводить тренировочные занятия в соответствии с утверждённым администрацией ФЦ «ТРУД» расписанием;
2. Началом тренировочного занятия группы считать выход воспитанников непосредственно на поле футбольного манежа (зала);
3. Окончанием тренировочного занятия группы считать уход с поля футбольного манежа (зала) в помещения раздевалок;
4. Тренерам групп заканчивать тренировочное занятие группы за 5 минут до окончания выделенного расписанием времени, с целью организованного выхода из футбольного манежа (зала) в раздевалку;
5. Родители воспитанников младшего возраста — до 7 лет включительно, могут находиться в помещениях раздевалок для оказания помощи воспитанникам до начала занятия и по окончании его, с разрешения тренера;
6. Нахождение родителей в футбольном манеже (зале) в период проведения тренировочных занятий строго **ЗАПРЕЩЕНО**, за исключением открытых тренировочных занятий и адаптивного периода новичков в младших возрастных группах с разрешения тренера.