

П Р И К А З

« 30 » декабря 2020 г.

№ 96/9

г. Краснодар

Об утверждении «Инструкции по мерам безопасности для спортсменов при проведении тренировочных занятий по футболу на футбольном поле, в игровом, тренировочном спортивном и тренажерном залах

В соответствии с требованиями федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта футбол, утвержденного приказом Министерства спорта России от 25.10.2019 года № 880, **п р и к а з ы в а ю**:

1. Утвердить «Инструкцию по мерам безопасности для спортсменов при проведении тренировочных занятий по футболу на футбольном поле, в игровом, тренировочном спортивном и тренажерном залах» (прилагается).

2. Заместителю директора по учебно-воспитательной работе Фомину С.В. обеспечить размещение настоящего приказа на официальном сайте учреждения в информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

3. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя директора по учебно-воспитательной работе Фомина С.В.

4. Приказ вступает в силу с момента его подписания.

И.о. директора

В.В. Завьялов

С приказом ознакомлен:


_____ подпись

С.В.Фомин « 30 » декабря 2020 г.



Приложение

УТВЕРЖДЕНО
приказом ГБУ ДО КК ДЮСШ «Академия футбола»
от 30.12.2020 года № 96/9

ИНСТРУКЦИЯ
по мерам безопасности для спортсменов при проведении
тренировочных занятий по футболу на футбольном поле, в игровом,
тренировочном спортивном и тренажерном залах

1. Общие требования безопасности
при проведении тренировочных занятий по футболу

К тренировочным занятиям по футболу допускаются дети с 8 лет, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

При проведении занятий по футболу соблюдать правила поведения, расписание тренировочных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

При проведении занятий должна быть аптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой медицинской помощи при травмах.

При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру, который сообщает об этом администрации учреждения.

При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру.

В процессе тренировок должны соблюдать порядок проведения и правила личной гигиены.

Занимающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности; со всеми занимающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

При плохом самочувствии прекратить тренировку и сообщить об этом тренеру.

2. Требования безопасности при занятиях на футбольном поле

2.1. Общие требования безопасности

Занятия проводятся только на футбольных полях с ровным покрытием (без ям, каналов, камней, луж), расположенных вдали от дорожных магистралей.

Во время занятий на футбольном поле не должно быть посторонних лиц или предметов, которые могут стать причиной травмы. За воротами и в 10 м от них не должны находиться посторонние лица и спортсмены занимающиеся другими видами спорта.

При выполнении прыжков, при случайных столкновениях и падениях футболист должен уметь применять приемы самостраховки (приземление и кувырки в группировке, перекаты).

Во время игры занимающиеся должны соблюдать игровую дисциплину, не применять грубые и опасные приемы.

Футбольные ворота на футбольном поле должны быть надежно закреплены и находиться в исправном состоянии.

2.2. Требования безопасности перед началом занятий

Переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;

Снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, висючие сережки и т. д.);

Убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы;

Организованно выйти с тренером через центральный выход здания или запасный выход спортзала на место проведения занятий;

Под руководством тренера подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;

Убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии;

Под руководством тренера инвентарь, необходимый для проведения занятий, переносить к месту занятий в специальных приспособлениях;

По распоряжению тренера убрать посторонние предметы с беговой дорожки, ямы для прыжков и т. д.;

По команде тренера встать в строй для общего построения.

2.3. Требования безопасности во время проведения занятий

Внимательно слушать объяснения упражнений и правильно их выполнять;

Брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения тренера;

Выполнять упражнения только на исправном оборудовании;

При выполнении упражнений потоком соблюдать достаточные интервалы и дистанцию;

Быть внимательным при перемещениях по спортивной площадке: не мешать другим, не ставить подножек, избегать столкновений;

Не покидать территорию спортивной площадки без разрешения.

2.4. Требования безопасности по окончании занятий

Под руководством тренера убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

Организованно покинуть место проведения занятия;

Снять спортивную одежду, спортивную обувь и принять душ и тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

3. Требования безопасности при занятиях в тренировочном спортивном или игровом залах

3.1. Общие требования безопасности

Занятия в зале проводятся только с исправным спортивным инвентарем и оборудованием.

Зал должен быть оборудован средствами пожаротушения (огнетушителем) и иметь аптечку, укомплектованную необходимыми медикаментами и перевязочным материалом для оказания первой доврачебной помощи пострадавшим.

При проведении занятий по футболу возможно воздействие на занимающихся следующих опасных факторов:

- травмы при падении на твердом покрытии;
- выполнение упражнений без разминки.

3.2. Требования безопасности перед началом занятий

Спортсмен должен:

- переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму с нескользкой подошвой и обувь;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, висючие сережки и так далее);
- убрать из карманов спортивной формы режущие, колющие и другие посторонние предметы;
- под руководством тренера подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий:
 - будьте внимательны при передвижении и установке гимнастических снарядов;
 - не переносите и не перевозите тяжелые гимнастические снаряды без специальных тележек и устройств;
 - при переноске матов держитесь за специальные ручки сбоку по два человека с каждой стороны;
 - при укладке матов следите, чтобы их поверхность была ровной и не сбивалась в комок, не было зазоров, а также наложения края мата на другой;
 - вся площадь вокруг бревна застилается матами в один слой, а в месте приземления – в два слоя;

- на опорном прыжке в месте приземления уложите маты в два слоя, длиной не менее пяти метров;
- изменяя высоту брусьев вдвоем, ослабив винты, поднимите одновременно оба конца, держась за жердь, а не за металлическую опору (ширина между жердями не должна превышать ширины плеч);
- высоту перекладины устанавливайте в лежачем положении, хорошая прочность растяжек и креплений должна обеспечить устойчивость снаряда (не стойте под перекладиной во время ее установки);
- устанавливая прыжковые снаряды, выдвигайте ножки поочередно с каждой стороны, предварительно наклонив снаряд;
- убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии.

3.3. Требования безопасности во время занятий

Внимательно слушать объяснение упражнения и аккуратно выполнять задания;

Брать спортивный инвентарь с разрешения тренера и использовать его по назначению, не виснуть на баскетбольных фермах и кольцах;

Выполнять упражнения на исправных снарядах с разрешения тренера, а сложные технические элементы – со страховкой;

При выполнении упражнений потоком соблюдать достаточные интервал и дистанцию;

При перемещениях по залу избегать столкновений;

Не покидать место проведения занятия без разрешения тренера.

3.4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях

При возникновении пожара в зале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством тренера покинуть место проведения занятий через запасной выход согласно плану эвакуации; по распоряжению тренера поставить в известность администрацию заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

3.5. Требования безопасности по окончании занятий

Под руководством тренера убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

Проверить зал и провести влажную уборку;

Снять спортивную одежду, спортивную обувь и принять душ и тщательно вымыть лицо и руки с мылом;

Проверить противопожарное состояние зала и выключить свет.

4. Требования безопасности при занятиях в тренажерном зале

4.1. Общие требования безопасности

Спортсмены должны соблюдать правила использования тренажеров, установленные режимы занятий и отдыха.

При проведении занятий в тренажерном зале возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при проведении занятий в тренажерном зале на неисправных, непрочных установленных и не закрепленных тренажерах;
- травмы при нарушении правил использования тренажеров, а также при нарушениях установленных режимов занятий и отдыха.

Занятия в тренажерном зале необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

Тренажерный зал должен быть оборудован средствами пожаротушения (огнетушителем) и иметь аптечку, укомплектованную необходимыми медикаментами и перевязочным материалом для оказания первой доврачебной помощи пострадавшим.

4.2. Требования безопасности перед началом занятий

Тщательно проверить тренажерный зал;

Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой;

Проверить исправность и надежность установки и крепления всех тренажеров;

Провести целевой инструктаж спортсменов по безопасным приемам проведения занятий на тренажерах.

4.3. Требования охраны труда во время занятий

Начинать выполнение упражнений на тренажерах и заканчивать их только по команде (сигналу) тренера;

Не выполнять упражнения на неисправных, непрочных установленных и ненадежно закрепленных тренажерах;

Соблюдать дисциплину, строго выполнять правила использования тренажеров, учитывая их конструктивные особенности;

Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) тренера, самовольно не предпринимать никаких действий;

Соблюдать установленные режимы занятий и отдыха.

4.4. Требования охраны и труда в аварийных ситуациях

При возникновении неисправности в работе тренажера или его поломке, прекратить занятия на тренажере, сообщить об этом тренеру. Занятия продолжать только после устранения неисправности тренажера.

При получении занимающимся травмы немедленно сообщить об этом администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

При возникновении пожара немедленно эвакуировать обучающихся из тренажерного зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.

4.5. Требования охраны труда по окончании занятий

Привести в исходное положение все тренажеры, проверить их исправность;

Проверить тренажерный зал и провести влажную уборку;

Снять спортивную одежду, спортивную обувь и принять душ и тщательно вымыть лицо и руки с мылом;

Проверить противопожарное состояние тренажерного зала и выключить свет.

И.о. директора



В.В. Завьялов