

СОГЛАСОВАНО
Представитель трудового коллектива
И.А. Триполитова
«01» 03 2018 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ОБУ «ОСАШ»
Н.В. Лопатин
«01» 03 2018 г.


**ИНСТРУКЦИЯ
по технике безопасности при проведении
занятий по голболу**

Общие требования безопасности.

1. К занятиям по голболу допускаются спортсмены адаптивной школы, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
2. Опасность возникновения травм:
 - при падении на скользком полу;
 - при попадании мяча в лицо;
 - при наличии посторонних предметов на поле;
 - при слабо укреплённых воротах;
 - при игре без надлежащей формы (щитки, бутсы и т.д.)
3. Занимающийся должен:
 - заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения тренера;
 - бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению.
4. У тренера должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.
5. Занимающиеся должны быть в спортивной форме, предусмотренной правилами игры.

Требования безопасности перед началом занятий.

1. Тщательно проверить отсутствие на поле посторонних предметов. Сделать необходимую разметку.
2. Спортсмен адаптивной школы должен:
 - надеть спортивную футбольную форму и обувь.

- снять с себя предметы, представляющие опасность для других (часы, браслеты, и т. д.);
- убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы;
- под руководством тренера подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия (мяч, очки, пластырь и др.);
- по команде тренера встать в строй для общего построения.

3. За несоблюдение мер безопасности спортсмен адаптивной школы может быть не допущен или отстранен от участия в тренировочном процессе.
4. Провести разминку.

Требования безопасности во время занятий.

1. Во время занятий на поле не должно быть посторонних лиц.
2. При выполнении падений голболист должен уметь применять приёмы самостраховки и защиты лица от удара мячом.
3. Соблюдать игровую дисциплину, не применять грубые и опасные приёмы.
4. Хорошо знать правила игры.

Требования безопасности по окончании занятий.

1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
2. Снять спортивную форму и спортивную обувь.
3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.
4. О всех недостатках, отмеченных во время занятия или игры, сообщить тренеру.

Требования безопасности в аварийных ситуациях.

1. При плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом тренеру.
2. При получении травмы немедленно сообщить о случившемся тренеру.
3. Все занимающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь.