

ДЕПАРТАМЕНТ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ И СПОРТУ
АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА ЛИПЕЦКА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДСКОЙ ДЕТСКО-ЮНОШЕСКИЙ ЦЕНТР «СПОРТИВНЫЙ»

СОГЛАСОВАНО

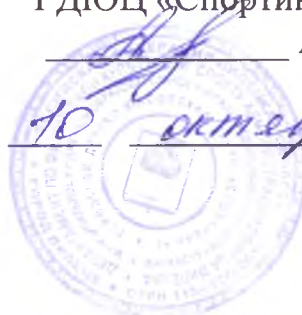
председатель профсоюзной
организации работников МБОУДО
«ГДЮЦ «Спортивный»

 Г.В. Реутова
10 октября 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУДО
ГДЮЦ «Спортивный»

 А.С. Агбальян


10 октября 2025 г.

ИНСТРУКЦИЯ
для обучающихся по правилам безопасности
на занятиях по футболу
ИОТ-090-10-10-2025

г. Липецк, 2025

1. Общие положения инструкции

1.1. Инструкция содержит основные правила техники безопасности для обучающихся при проведении занятий по футболу в образовательной организации.

1.2. Занятия по футболу включают в себя следующие разделы:

- а) Техническая подготовка.
- б) Тактическая подготовка.
- в) Скоростно-силовая подготовка:
 - Развитие прыгучести.
 - Развитие быстроты.
 - Развитие развития.

1.3. К занятиям по футболу допускаются обучающиеся основной медицинской группы, изучавшие методику. Занятия проводятся на стадионе или в спортивном зале.

1.4. Обучающиеся занимаются в спортивной форме и обуви установленного образца с учетом всех санитарно-гигиенических требований и норм.

1.5. Обучающиеся, не допущенные к занятиям, по причине отсутствия надлежащей спортивной формы, заболевания, плохого самочувствия и др., присутствуют на занятии. Занятие начинается и заканчивается согласно расписанию.

1.6. Обучающийся должен:

- бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;
- быть внимательным при перемещениях по стадиону, спортивному залу;
- знать и выполнять данную инструкцию.

За несоблюдение мер безопасности обучающийся может быть не допущен или отстранен от участия в учебном процессе.

1.7. Руководитель занятий и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать место расположения первичных средств пожаротушения.

1.8. О каждом несчастном случае, произошедшем с обучающимся, руководитель занятий обязан немедленно сообщить администрации образовательного учреждения, оказать первую помощь пострадавшему.

1.9. В процессе занятий по футболу обучающиеся должны соблюдать правила проведения спортивных игр, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.10. Лица, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции по охране труда на занятиях по футболу, привлекают к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий по футболу

2.1. во время перерыва обучающиеся переодеваются в раздевалках в надлежащую спортивную форму. В раздевалках соблюдается чистота и порядок.

2.2. Занятие начинается с построения.

2.3. Перед изучением новой темы обучающиеся проходят инструктаж по охране труда, о чём делается запись в соответствующем журнале регистрации проведения инструктажа по вопросам охраны труда.

3. Требования безопасности во время занятий по футболу

3.1. На занятиях по футболу обучающиеся выполняют программные упражнения и сдают нормативы.

3.2. На занятиях по футболу обучающиеся выполняют следующие требования:

- без разрешения педагога запрещается брать и бросать мячи;
- обязательно 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 внимательным, собранным, выполнять команды и распоряжения педагога;
- во время учебной игры соблюдать правила, вести себя корректно по отношению к сопернику;
- обучающимся овладевать основными приёмами обращения с мячом на месте и в движении в облегчённых условиях и при учёте основных тактических правил;
- во время технической тренировки обучающийся должен уделять одинаковое внимание разминке и развитию обеих ног;
- обучающимся заниматься только на хорошо подготовленном поле.

3.3. На занятиях по футболу обучающиеся овладевают методами самоконтроля. При плохом самочувствии на занятии обучающийся должен прекратить занятие, уведомить педагога и обратиться в медпункт.

3.4. Во избежание травмирования при проведении занятий по футболу обучающиеся должны:

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

4. Требования безопасности по окончании занятий по футболу

- 4.1. По команде педагога обучающиеся организованно строятся в шеренгу.
- 4.2. После подведения итогов, обучающиеся строем покидают спортивную площадку (спортивный зал) и расходятся по раздевалкам, избегая столкновений.
- 4.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

5. Требования безопасности в аварийных ситуациях

- 5.1. В процессе работы предупреждать возникновение аварийных ситуаций:
 - не курить в спортивных помещениях, раздевалках, тренажёрной комнате, хореографической комнате;
 - не приносить отравляющие вещества и не распылять их в раздевалках, спортивных помещениях, на территории;
 - не приносить взрывоопасные вещества;
 - не уходить самовольно с занятий;
 - не оставаться в раздевалках на время занятий;
 - в случае аварийной ситуации, следовать указаниям педагога.

Инструкцию разработал



/ А. В. Шугаев

Лист ознакомлений с инструкцией

[illegible]