# ИНСТРУКЦИЯ №2

**по технике безопасности и охране труда на занятиях секции «Футбол»**

1. **ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ**

1. 1.К занятиям допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности.

1.2.При проведении занятий возможно воздействие на обучающихся следующихопасных факторов:

— возможность получения травмы при прыжках, подскоках;

— нарушение осанки, искривление позвоночника, при неправильном выполнении различных

движений;

— при нарушении инструкции по ТБ.

1.3.Аптечка должна быть укомп­лектована необходимыми медикаментамии перевязочными сред­ствами для оказания первой помощи.

1. **ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ**

2.1.Надеть спортивный костюм, обувь.

2.2.Перед началом занятия необходимо снять часы, булавки, брошки и др.

2.3. К занятиям допускаются только прошедшие медицинский осмотр.

**3.ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ**

3.1.Начинать игру только после команды педагога доп.образования.

3.2.Внимательно слушать объяснение упражнений и правильно их выполнять.

3.3.При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновения.

3.4.Уметь самостоятельно контролировать своё физическое состояние, в случае необходимости обратиться к тренеру-педагогу доп.образования.

3.5.Не покидать футбольное поле без разрешения педагога доп.образования

**4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**

4.1.При появлении во время игры в футбол боли в руках, ногах, а так же при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-педагогу доп.образованию.

4.2. При получении травмы немедленно сообщить о случившемся тренеру-педагогу доп.образованию для оказания первой медицинской помощи.

4.3.Соблюдать дисциплину, выполнять все указания педагога доп.образования.

**5.ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ**

5.1.Занятие заканчивается построением, на котором подводятся итоги.

5.2.О всех недостатках, обнаруженных во время занятия, сообщите педагогу доп.образования.