

Утверждаю:

Директор МАУ ДО

«КФШ им. Г.Р. Раизова Ж. Н.»

И. И. Сотникова

Приказ № 12/1 от 20.01.2026г.



## **Инструкция № 1** **по технике безопасности при проведении** **спортивных и подвижных игр**

### **1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ**

1.1. К занятиям спортивными и подвижными играми допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий необходимо соблюдать правила игры.

1.3. При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов: травмы при столкновениях, нарушении правил проведения игры, при падении.

1.4. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю.

1.5. Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.6. Обучающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по технике безопасности, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж.

### **2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ИГРЫ**

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой. „Проверить надежность установки и крепления спортивного оборудования: перекладин футбольных ворот, баскетбольных щитов, волейбольных стоек и т.д.

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

2.4. Провести разминку.

### **3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ИГРЫ**

3.1. Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде тренера-преподавателя.

3.2. Строго соблюдать правила проведения игры.

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

3.4. При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.5. Внимательно слушать и выполнять все команды тренера-преподавателя.

#### 4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При плохом самочувствии сообщить об этом тренеру-преподавателю.

4.2. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом — тренеру-преподавателю, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

4.3. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю. Занятия продолжить только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

4.4. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, провести эвакуацию, при этом четко выполнять распоряжения тренера-преподавателя, исключив панику.

#### 5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ИГРЫ

5.1. Убрать спортивный инвентарь в отведенное для хранения место.

5.2. Покинуть место проведения игры только после разрешения тренера-преподавателя.

5.3. Тщательно вымыть лицо и руки или принять душ.

5.4. По дороге домой соблюдать установленные правила дорожного движения.