

ИНСТРУКЦИЯ № 05-01-2020
по безопасности при проведении тренировочных занятий отделения
фигурного катания НП СК Горняк

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ.

1.1. Состояние ледового поля должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям.

1.2. Ледовая поверхность не должна иметь неровностей, выбоин, трещин и других травмоопасных факторов.

1.3. Борта ледового поля, а также защитное ограждение над бортами должны быть в исправном состоянии, не иметь проломов и разрывов.

1.4. Нестандартное оборудование должно быть надежно закреплено и находиться в исправном состоянии.

1.5. В наличии должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными материалами для оказания первой доврачебной помощи.

1.6. В случае обнаружения неисправности, тренер должен немедленно прекратить занятие и сообщить о неисправности специалисту по охране труда и безопасности НП СК Горняк.

1.7. К занятиям фигурным катанием допускаются лица, прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и допущенные к занятиям по состоянию здоровья.

1.8. К занятиям фигурным катанием не допускаются воспитанники, не имеющие соответствующего снаряжения.

1.9. При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание тренировочных занятий, установленные режимы занятий и отдыха, соблюдать правила санитарно-гигиенической безопасности.

1.10. Воспитанникам запрещается выходить на лед без тренера-преподавателя.

1.11. Воспитанники обязаны:

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

1.12. Воспитанники, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции по безопасности немедленно отстраняются от занятий до повторного прохождения инструктажа, а со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по безопасности.

2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ.

2.1. Воспитанник обязан:

- тщательно проверить личный спортивный инвентарь (коньки, тренировочный костюм);
- проверить заточку коньков, при необходимости заточить коньки до начала занятий;
- снять с себя предметы, представляющие опасность для себя и других занимающихся (часы, бусы, кольца, висячие серьги);
- убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы;
- организованно выйти с тренером – преподавателем на ледовое поле.

2.2. Тренер-преподаватель обязан проверить место занятий и качество льда.

2.3. На льду не должно быть посторонних лиц и предметов.

3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ.

3.1. Воспитанники обязаны

- соблюдать дисциплину, строго выполнять все требования и указания тренера-преподавателя;
- брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения тренера – преподавателя;
- при выполнении упражнений соблюдать достаточный интервал и дистанцию, позволяющую произвести торможение и избежать столкновения;
- быть внимательным при перемещениях по катку, не мешать другим;
- не ставить подножек, избегать столкновений;
- при изучении новых элементов катания и прыжков следует применять страховку каждого выполняющего самостоятельное движение.

3.2. Воспитанникам запрещается:

- без разрешения тренера-преподавателя уходить с ледового поля;
- находиться на льду в период заливки и уборки снега;
- принимать пищу и распивать напитки на льду;
- сидеть на бортах ледового поля, повреждать их, ударяя ногами или другими предметами;
- создавать травмоопасные ситуации на льду;
- долбить или ковырять лёд коньками или другими предметами, а также бросать на лёд любые предметы, выливать жидкости и сыпать какие-либо вещества.

4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.

4.1. Воспитанники обязаны:

- при возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру – преподавателю;

занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного инвентаря;

- при плохом самочувствии или получении травмы немедленно прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю;

- при обнаружении на льду посторонних предметов, а также других травмоопасных факторов сообщить об этом тренеру – преподавателю.

4.2. Тренер – преподаватель обязан:

при получении травмы воспитанником немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение. О каждом несчастном случае, травме тренер обязан немедленно сообщить специалисту по охране труда и безопасности НП СК Горняк.

4.4. При исключительно неблагоприятных погодных условиях, и в случае иных непредвиденных форс-мажорных обстоятельств, угрожающих безопасности воспитанников, тренер-преподаватель отменяет занятия, срочно эвакуирует обучающихся из опасной зоны, сообщает о случившемся в МЧС и любому представителю администрации НП СК Горняк.

5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ.

5.1 Воспитанник должен:

- под руководством тренера – преподавателя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

- организованно покинуть место проведения занятия;

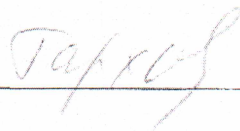
- переодеться, снять спортивную форму, защитные приспособления и коньки;

- принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом;

- аккуратно убрать форму в отведенное для хранения место.

Инструкцию составил:

специалист по охране труда и безопасности



Н.П. Тархова