



*Министерство физической культуры и спорта Астраханской области
государственное автономное учреждение Астраханской области
«Центр зимних видов спорта»*

Астраханская область, г. Астрахань, ул. Анастасия Сергеева 26
e-mail: ledkatok30@mail.ru тел. (8512) 22-31-98

ПРИКАЗ

«1» августа 2023 г.

№ 74-1/ос

«Об утверждении инструкций по технике безопасности и форм регистрационных журналов для занимающихся и посетителей ГАУ АО «Центр зимних видов спорта»

На основании Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»; Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации», правил оказания физкультурно-оздоровительных услуг, утвержденных Постановлением Правительства Российской Федерации от 30 января 2023 г. № 129.СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», рекомендаций по обеспечению безопасности и профилактики травматизма при занятиях физической культурой и спортом, утвержденных приказом Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму от 1 апреля 1993 г. № 44.

п р и к а з ы в а ю,

1. Утвердить прилагаемую инструкцию по технике безопасности при занятиях по дополнительным общеразвивающим программам по видам спорта «хоккей с шайбой» и «фигурное катание» в зале хореографии. (Приложение №1)
2. Утвердить прилагаемую инструкцию по технике безопасности во время массового катания на ледовом катке. (Приложение №2)
3. Утвердить прилагаемую инструкцию по технике безопасности во время спортивно-массового катания на ледовом катке. (Приложение №3)
4. Утвердить прилагаемую инструкцию по технике безопасности при занятиях на ледовом катке для занимающихся в рамках выполняемой работы «проведение занятий физкультурно-спортивной направленности по месту проживания граждан». (Приложение №4)
5. Утвердить прилагаемую инструкцию по технике безопасности в зале хореографии для занимающихся в рамках выполняемой работы «проведение занятий физкультурно-спортивной направленности по месту проживания граждан». (Приложение №5)
6. Утвердить прилагаемую инструкцию по технике безопасности при занятиях в рамках дополнительной общеразвивающей программы «Фигурное катание» на ледовом катке. (Приложение №6)
7. Утвердить прилагаемую инструкцию по технике безопасности при занятиях в рамках дополнительной общеразвивающей программы «Хоккей с шайбой» на ледовом катке (Приложение №7).

8. Утвердить приведенные в Приложение №8-14 к настоящему приказу формы следующих регистрационных журналов:

- журнал регистрации проведения инструктажа по технике безопасности при занятиях по дополнительным общеразвивающим программам по видам спорта «хоккей с шайбой» и «фигурное катание» в зале хореографии (Приложение №8);

- журнал регистрации проведения инструктажа по технике безопасности во время массового катания на ледовом катке(Приложение №9);

-журнал регистрации проведения инструктажа по техники безопасности во время спортивно-массового катания на ледовом катке (Приложение №10);

-журнал регистрации проведения инструктажа по технике безопасности при занятиях на ледовом катке для занимающихся в рамках выполняемой работы «Проведение занятий физкультурно-спортивной направленности по месту проживания граждан» (Приложение 11);

-журнал регистрации проведения инструктажа при занятиях в рамках дополнительной общеразвивающей программы «фигурное катание» на ледовом катке (Приложение 12);

-журнал регистрации проведения инструктажа по технике безопасности в зале хореографии для занимающихся в рамках выполняемой работы «проведение занятий физкультурно-спортивной направленности по месту проживания граждан» (Приложение 13);

-журнал регистрации проведения инструктажа по технике безопасности при занятиях в рамках дополнительной общеразвивающей программе «хоккей с шайбой» на ледовом катке (Приложение 14).

9. Начальнику отдела организации физкультурных и спортивных мероприятий М.А. Камкиной обеспечить введение в действие с 01.12.2023 утвержденной формы журнала. Все листы в журнале должны быть пронумерованы, сам журнал -прошнурованы заверены подписью курирующего заместителя директора.

10. Возложить ответственность за организацию и проведение инструктажа по технике безопасности, ведение журналов инструктажа по технике безопасности на администраторов, инструкторов по спорту, инструкторов по физической культуре, в зависимости от вида инструкции по технике безопасности.

11. Администратору отдела учреждения В.В. Сунцовой всем вновь поступающим инструкторам по спорту, инструкторам по физической культуре, администраторам представлять настоящий приказ для ознакомления под подпись.

12. Администратору отдела учреждения В.В. Сунцовой ознакомить ответственных лиц с настоящим приказом под подпись.

13. Начальнику отдела организации физкультурных и спортивных мероприятий М.А. Камкиной разместить вышеуказанные инструкции на информационном стенде; технику-программисту административно-хозяйственного отдела С. В. Морозову вышеуказанные инструкции на официальном сайте учреждения.

14. Контроль за исполнением приказа возложить на заместителя директора Корешкова Р. И.

Директор



А. К. Ошапкин

УТВЕРЖДЕНА
приказом ГАУ АО «Центр
зимних видов спорта»
от «01» 08 2023 г. №94/ос

**ИНСТРУКЦИЯ
ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ ПО
ДОПОЛНИТЕЛЬНЫМ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИМ ПРОГРАММАМ ПО ВИДАМ
СПОРТА «ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ» И «ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ» В ЗАЛЕ
ХОРЕОГРАФИИ**

Настоящая инструкция разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Правилами оказания физкультурно-оздоровительных услуг, утвержденных Постановлением Правительства Российской Федерации от 30 января 2023 г. № 129;
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Рекомендациями по обеспечению безопасности и профилактики травматизма при занятиях физической культурой и спортом, утвержденные приказом Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму от 01.04.1993 № 44.

I. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. Настоящая инструкция по мерам безопасности при занятиях по дополнительным общеразвивающим программам по видам спорта «Хоккей с шайбой» и «Фигурное катание» в зале хореографии (далее- инструкция), устанавливает меры безопасности при занятии в зале хореографии, профилактики и предупреждения травматизма, оказания первой помощи при несчастных случаях, направленные на создание условий по охране здоровья, предупреждению травматизма, проведению организационно-профилактических мер обеспечения безопасности проведения занятий. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех занимающихся в зале хореографии.

1.2. Изучение вопросов безопасности организуется и проводится с целью формирования у занимающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих.

1.3. К тренировочным занятиям допускаются занимающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности. Инструктаж проводит инструктор по спорту или инструктор по физической культуре отдела организации физкультурных и спортивных мероприятий (далее-инструктор). Знакомство занимающихся с правилами безопасности в виде инструктажа проводится перед каждым занятием в устной форме, а с регистрацией в журнале установленной формы один раз в полугодие.

1.4. Во время посещения зала хореографии на занимающихся могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные факторы:

- острые кромки, заусенцы и шероховатость на поверхностях спортивного оборудования и инвентаря;
- повышенное значение напряжения электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;
- повышенный уровень шума;
- неисправное оборудование и инвентарь;
- падающие спортивные снаряды и оборудование;
- высокие физические нагрузки;
- эмоциональные перегрузки;
- методические ошибки при выполнении заданий;
- несоответствие спортивной экипировки;
- скрытые болезненные состояния.

1.5. Занимающимся запрещается посещать занятия в болезненном состоянии (плохом самочувствии), в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном употреблением наркотических средств, психотропных или токсических средств.

1.6. Необходимо иметь сменную специальную обувь и одежду, предназначенную для тренировочного процесса.

1.7. Необходимо соблюдать личную гигиену (следить за чистотой тела, коротко остригать ногти).

1.8. Запрещается заносить в зал хореографии предметы, не предназначенные для тренировочного занятия.

1.9. При неисправностях оборудования, приспособлений, инвентаря и в случае выявления недостатков влияющих на безопасность занятий известить об этом инструктора .

1.10. Занимающиеся обязаны строго соблюдать настоящую инструкцию, поддерживать дисциплину в зале, выполнять распоряжения администрации, инструктора и медицинского персонала.

1.11. Занимающиеся, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции по технике безопасности, немедленно отстраняются от тренировочного занятия до повторного прохождения инструктажа, а со всеми занимающимися проводится внеплановый инструктаж по технике безопасности.

II. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

Перед началом занятий занимающиеся обязаны:

2.1. Переодеваться в спортивную одежду в раздевалке, снять предметы, представляющие опасность для других (часы, цепочки, кольца, браслеты и т.п.).

2.2. Не заходить в зал хореографии без разрешения инструктора и не выполнять упражнения самостоятельно.

2.3. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, заходить в зал хореографии.

2.4. Не включать самостоятельно электроосвещение.

2.5. Не открывать дверь для проветривания без указания инструктора .

2.6. Не передвигать спортивный инвентарь без указания инструктора.

2.7. Внимательно прослушать инструктаж по технике безопасности на тренировочном занятии.

III. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

- 3.1. Не приступать к выполнению упражнений на тренировочном занятии без команды инструктора.
- 3.2. Внимательно слушать объяснения упражнений и действий и аккуратно выполнять задания.
- 3.3. Брать спортивный инвентарь с разрешения инструктора и использовать оборудование по его назначению.
- 3.4. При выполнении упражнений потоком, соблюдать достаточный интервал и дистанцию.
- 3.5. При перемещении по залу избегать столкновений.
- 3.6. Не выполнять упражнения, не предусмотренные заданием инструктора.
- 3.7. Соблюдать дисциплину и порядок на тренировочном занятии.
- 3.8. Не покидать место проведения занятий без разрешения инструктора.
- 3.9. Перед выполнением упражнений, необходимо убедиться в отсутствии близко стоящих к спортивному инвентарю занимающихся.

IV. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

- 4.1. Выходить из спортзала по команде инструктора спокойно, не торопясь.
- 4.2. Умыться и вымыть руки с мылом.
- 4.3. Снять спортивную форму, обувь и использовать её только для тренировочных занятий.
- 4.4. Все недостатки замеченные, во время тренировочного занятия, сообщить инструктору.

V. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ И АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.

- 5.1. При плохом самочувствии прекратить тренировочное занятие и сообщить об этом инструктору.
- 5.2. В случае травматизма незамедлительно сообщить инструктору для оказания первой помощи и вызова медицинского персонала.
- 5.3. При возникновении аварийных ситуаций, пожара, немедленно сообщить непосредственно инструктору (администрации), как можно быстрее покинуть опасную зону (здание) в соответствии с планом эвакуации, в дальнейшем выполнять указания инструктора (администрации).

УТВЕРЖДЕНА:
приказом ГАУ АО «Центр
зимних видов спорта»
от «01» 01 2023г. № 1/1ос

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ МАССОВОГО КАТАНИЯ НА ЛЕДОВОМ КАТКЕ

Настоящая инструкция разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от от 07.02.1992 N 2300-1 (ред. от 04.08.2023) "О защите прав потребителей"
- Правилами оказания физкультурно-оздоровительных услуг, утвержденных Постановлением Правительства Российской Федерации от 30 января 2023 г. № 129;
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Рекомендациями по обеспечению безопасности и профилактики травматизма при занятиях физической культурой и спортом, утвержденные приказом Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму от 01.04.1993 № 44.

I. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. Настоящая инструкция по мерам безопасности во время массового катания на ледовом катке (далее- инструкция),устанавливает меры безопасности для посетителей ГАУ АО «Центр зимних видов спорта» (далее -посетители) на льду, профилактики и предупреждения травматизма, оказания первой помощи при несчастных случаях. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех посетителей на ледовом катке.

1.2. На массовое катание допускаются посетители, прошедшие инструктаж по технике безопасности . Инструктаж проводит инструктор по спорту или инструктор по физической культуре отдела организации физкультурных и спортивных мероприятий (далее-инструктор). Знакомство посетителей с правилами безопасности в виде инструктажей с регистрацией в журнале установленной формы проводится перед сеансом массового катания. Дети до 14 лет проходят инструктаж совместно с родителями/законными представителями, после чего родитель/законный представитель ставит соответствующую отметку в журнале. Дети старше 14 лет проходят инструктаж самостоятельно, ставя соответствующую отметку в журнале.

1.3. Во время сеанса массового катания, возможно воздействие следующих опасных факторов:

- травмы при падении на льду (повреждение головы, туловища, нижних и верхних конечностей и костей рук, растяжение связок голеностопного и коленного суставов, ушибы плечевого суставов и туловища, повреждение лица и челюсти);

- обморожение или переохлаждение;
- потертости от коньков.
- высокие физические нагрузки;
- эмоциональные перегрузки;
- скрытые болезненные состояния.

1.4. Посетители обязаны строго соблюдать настоящую инструкцию, поддерживать дисциплину на льду, выполнять распоряжения администраторов, инструктора и медицинского персонала.

1.5. Посетители, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции по технике безопасности, немедленно отстраняются до повторного прохождения инструктажа.

II. ТРЕБОВАНИЯ ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ СЕАНСА МАССОВОГО КАТАНИЯ

Посетители обязаны:

2.1. Прибыть заблаговременно до сеанса в Государственное автономное учреждение «Центр зимних видов спорта» (далее-учреждение) , приобрести билет в мобильном приложении или на кассе, ознакомиться со схемой эвакуации на случай чрезвычайных ситуаций и настоящими правилами.

2.2. Самостоятельно определять для себя и своих детей возможность посещения массового мероприятия исходя из физического самочувствия и состояния здоровья.

2.3. Осуществлять парковку автомобиля в специально предназначенных местах в соответствии с разметкой.

2.4. Предъявить охране при входе билет, абонемент либо приглашение, и при необходимости, личные вещи для досмотра.

2.5. При входе и выходе в учреждение держать малолетних детей за руку, не оставлять детей без присмотра.

2.6. Бережно относиться к оборудованию и иному имуществу учреждения, соблюдать чистоту, общественный порядок и требования настоящих правил.

2.7. Переодеваться и переобуваться только в местах специально для этого отведенных.

2.8. Посетители, надевшие коньки обязаны передвигаться только по резиновым дорожкам, избегая передвижения на коньках по кафельному полу.

2.10. Проявлять организованность при входе и выходе с ледовой арены.

2.11. Подчиняться предупреждениям и требованиям работников учреждения, ответственных за поддержание порядка.

III. ТРЕБОВАНИЯ ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ МАССОВОГО КАТАНИЯ

3.1. Выходить на лед только на коньках.

3.2. Выходить на ледовый каток, строго после инструктора по физической культуре/инструктора по спорту (далее -инструктор), выходить строго по сигналу инструктора (а также по сигналу голосового оповещения).

- 3.3. Выходить на ледовый каток обязательно в головном уборе.
- 3.4. Выходить на ледовый каток не спеша, придерживаясь за бортик.
- 3.5. На ледовом катке, запрещается пересекать поток катающихся и двигаться против движения. Движение осуществляется строго по кругу против часовой стрелки.
- 3.6. Скорость движения на ледовом катке, должна быть умеренной. Если вы катаетесь неуверенно, лучше делать это в той части катка, где меньше людей, или ближе к бортику.
- 3.7. При сопровождении ребенка, необходимо строго кататься вместе с ребенком.
- 3.8. Не допускать действий, которые могут привести к созданию экстремальных (чрезвычайных) ситуаций.
- 3.9. При падении и возникновении травмы дождаться инструктора для оказания первой помощи и вызова медицинского персонала.
- 3.10. Детям и неуверенно катающимся взрослым рекомендуется пользоваться защитой – шлемами, налокотниками и наколенниками.
- 3.11. По окончании сеанса массового катания необходимо сразу же покинуть ледовую арену.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- забираться на ограждения парапеты, осветительные устройства, несущие конструкции, повреждать оборудование и элементы оформления учреждения.
- Курить, употреблять спиртные напитки, находиться в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
- Выходить на лед с едой и напитками.
- Оставлять на льду посторонние предметы.
- Выходить на лед во время массового катания с домашними животными, санками, хоккейными клюшками и прочими длинномерными предметами.
- Выходить на лед в обычной обуви без коньков.
- Выполнять сложные элементы фигурного катания или играть в хоккей, на массовом катании.

IV. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ И АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.

- 4.1. Требование безопасности во время нештатных и экстренных ситуациях таких как:
 - Отключение электроэнергии
 - Прорывы водопровода и канализации
 - Прорыв тепловых линий
 - Утечка газа
 - Пожары
 - Выход из строя оргтехники, систем вентиляции и климатического оборудования
 - Природные катаклизмы
 - Пикетирование и забастовки
 - Террористические акты или их угроза
 - Гражданские беспорядки
 - Локальные конфликты
- 4.2. В случае возникновения нештатной и экстренной ситуации Посетитель обязан немедленно сообщить непосредственно инструктору (администрации), как можно быстрее

покинуть опасную зону (здание) в соответствии с планом эвакуации, в дальнейшем выполнять указания инструктора (администрации).

4.3. При плохом самочувствии прекратить кататься и сообщить об этом инструктору.

4.4. В случае травматизма незамедлительно сообщить инструктору для оказания первой помощи и вызова медицинского персонала.

4.5. При обнаружении подозрительных предметов необходимо незамедлительно сообщить об этом тренеру, инструктору по спорту, руководителю группы, администратору или охране.

УТВЕРЖДЕНА
приказом ГАУ АО «Центр
зимних видов спорта»
от «01» 08 2023г. №74/ос

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ СПОРТИВНО-МАССОВОГО КАТАНИЯ НА ЛЕДОВОМ КАТКЕ

Настоящая инструкция разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от от 07.02.1992 N 2300-1 (ред. от 04.08.2023) "О защите прав потребителей"
- Правилами оказания физкультурно-оздоровительных услуг, утвержденных Постановлением Правительства Российской Федерации от 30 января 2023 г. № 129;
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Рекомендациями по обеспечению безопасности и профилактики травматизма при занятиях физической культурой и спортом, утвержденные приказом Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму от 01.04.1993 № 44.

I. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. Настоящая инструкция по мерам безопасности во время спортивно-массового катания на ледовом катке (далее- инструкция), устанавливает меры безопасности для посетителей ГАУ АО «Центр зимних видов спорта» (далее -посетители) на льду, профилактики и предупреждения травматизма, оказания первой помощи при несчастных случаях. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех посетителей на ледовом катке

1.2. На спортивно-массовое катание допускаются посетители, прошедшие инструктаж по технике безопасности . Инструктаж проводит администратор отдела организации физкультурных и спортивных мероприятий (далее-администратор). Знакомство посетителей с правилами безопасности в виде инструктажей с регистрацией в журнале установленной формы проводится перед сеансом спортивно-массового катания.

1.3. Спортивно-массовое катание в ГАУ АО «Центр зимних видов спорта разделяется на спортивно-массовое катание без клюшки и спортивно-массовое катание с клюшкой, что разделяет специфику к требованиям безопасности.

1.4. Во время сеанса спортивно-массового катания, возможно воздействие следующих опасных факторов:

- травмы при падении на льду (повреждение головы, туловища, нижних и верхних конечностей и костей рук, растяжение связок голеностопного и коленного суставов, ушибы плечевого суставов и туловища, повреждение лица и челюсти);
- обморожение или переохлаждение;
- потертости от коньков.
- высокие физические нагрузки;
- эмоциональные перегрузки;
- скрытые болезненные состояния.

1.5 Посетители обязаны строго соблюдать настоящую инструкцию, поддерживать дисциплину на льду, выполнять распоряжения администраторов, инструктора и медицинского персонала.

1.6. Посетители, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции по технике безопасности, немедленно отстраняются до повторного прохождения инструктажа.

II. ТРЕБОВАНИЯ ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ СЕАНСА СПОРТИВНО-МАССОВОГО КАТАНИЯ

Посетители обязаны:

2.1. Прибыть заблаговременно до сеанса в Государственное автономное учреждение «Центр зимних видов спорта»(далее-учреждение) , приобрести билет на кассе, ознакомиться со схемой эвакуации на случай чрезвычайных ситуаций и настоящими правилами.

2.2.Самостоятельно определять для себя и своих детей возможность посещения массового мероприятия исходя из физического самочувствия и состояния здоровья.

2.3.Осуществлять парковку автомобиля в специально предназначенных местах в соответствии с разметкой.

2.4.Предъявить администратору при входе билет, абонемент либо приглашение, при необходимости предъявить личные вещи для досмотра охране.

2.5.При входе и выходе в учреждение держать малолетних детей за руку, не оставлять детей без присмотра.

2.6. Бережно относиться к оборудованию и иному имуществу учреждения, соблюдать чистоту, общественный порядок и требования настоящих правил.

2.7. Переодеваться и переобуваться только в местах специально для этого отведенных.

2.8. Тщательно проверить личный спортивный инвентарь (коньки, защитная форма).

2.9. Снять все предметы, представляющие опасность (часы, цепочки и т.п.).

2.10. Проверить заточку коньков, при необходимости заточить коньки, до начала тренировочного занятия.

2.11. Провести разминку.

2.12. Посетители, надевшие коньки обязаны передвигаться только по резиновым дорожкам, избегая передвижения на коньках по кафельному полу.

2.13. Проявлять организованность при входе и выходе с ледовой арены.

2.14. Подчиняться предупреждениям и требованиям работников учреждения, , ответственных за поддержание порядка.

III. ТРЕБОВАНИЯ ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ СПОРТИВНО-МАССОВОГО КАТАНИЯ

- 3.1. Выходить на лед только на коньках.
- 3.2. Не кататься на тесных или свободных коньках.
- 3.3. Необходимо обязательно провести комплексную разминку на подготовку опорно-двигательного аппарата и других систем, специальную разминку на льду.
- 3.4. При падении во избежание получения травмы необходимо сгруппироваться.
- 3.5. Постоянно использовать приемы самостраховки при разучивании специальных упражнений, подводящих и спортивно-вспомогательных – при падениях, столкновениях, ударами клюшкой, летящей шайбой.
- 3.6. Неукоснительно соблюдать правила игры при проведении силовых приемов.
- 3.7. Не допускать действий, которые могут привести к созданию экстремальных (чрезвычайных) ситуаций.
- 3.8. При падении и возникновении травмы дождаться инструктора для оказания первой помощи и вызова медицинского персонала.
- 3.9. По окончании сеанса спортивно-массового катания необходимо сразу же покинуть ледовую арену.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- забираться на ограждения парапеты, осветительные устройства, несущие конструкции, повреждать оборудование и элементы оформления учреждения.
- сидеть на бортах
- курить, употреблять спиртные напитки, находиться в состоянии алкогольного или наркотического опьянения.
- выходить на лед с едой и напитками, жевать и употреблять пищу
- оставлять на льду посторонние предметы.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПОСЛЕ ОКОНЧАНИЯ СПОРТИВНО-МАССОВОГО КАТАНИЯ

- 4.1. Провести заключительную гимнастику (спокойное катание, упражнения на расслабление).
- 4.2. Организованно уйти с площадки.
- 4.3. Снять спортивную одежду и сложить в индивидуальные сумки или шкафы. Влажную одежду обязательно повесить для просушки.
- 4.4. Принять душ, одеться, просушить волосы.
- 4.5. Проверить исправность формы, спортивного инвентаря и оборудования, коньки зачехлить.

V. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ И АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.

- 5.1. Требование безопасности во время нештатных и экстренных ситуациях таких как:
 - Отключение электроэнергии
 - Прорывы водопровода и канализации
 - Прорыв тепловых линий
 - Утечка газа
 - Пожары

- Выход из строя оргтехники, систем вентиляции и климатического оборудования
- Природные катаклизмы
- Пикетирование и забастовки
- Террористические акты или их угроза
- Гражданские беспорядки
- Локальные конфликты

5.2. В случае возникновения нештатной и экстренной ситуации Посетитель обязан немедленно сообщить непосредственно инструктору (администрации), как можно быстрее покинуть опасную зону (здание) в соответствии с планом эвакуации, в дальнейшем выполнять указания инструктора (администрации).

5.3. При плохом самочувствии прекратить кататься и сообщить об этом инструктору.

5.4. В случае травматизма незамедлительно сообщить инструктору для оказания первой помощи и вызова медицинского персонала.

5.5. При обнаружении подозрительных предметов необходимо незамедлительно сообщить об этом тренеру, инструктору по спорту, руководителю группы, администратору или охране.

УТВЕРЖДЕНА:
приказом ГАУ АО «Центр
зимних видов спорта»
от «01» 01 2023г. №71/ос

**ИНСТРУКЦИЯ
ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ НА ЛЕДОВОМ КАТКЕ
ДЛЯ ЗАНИМАЮЩИХСЯ В РАМКАХ ВЫПОЛНЯЕМОЙ РАБОТЫ
«ПРОВЕДЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ
НАПРАВЛЕННОСТИ ПО МЕСТУ ПРОЖИВАНИЯ ГРАЖДАН»**

Настоящая инструкция разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Правилами оказания физкультурно-оздоровительных услуг, утвержденных Постановлением Правительства Российской Федерации от 30 января 2023 г. № 129;
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Рекомендациями по обеспечению безопасности и профилактики травматизма при занятиях физической культурой и спортом, утвержденные приказом Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму от 01.04.1993 № 44.

**I. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ К
ТРЕНИРОВОЧНОМУ ЗАНЯТИЮ**

1.1. Настоящая инструкция по мерам безопасности при занятиях на ледовом катке для занимающихся в рамках выполняемой работы «Проведение занятий физкультурно-спортивной направленности по месту проживания граждан» (далее-инструкция), устанавливает меры безопасности при проведении: мастер классов по фигурному катанию и хоккею, обучение тактической игры в хоккей на ледовом катке, профилактики и предупреждения травматизма, оказания первой помощи при несчастных случаях, направленные на создание условий по охране здоровья, предупреждению травматизма, проведению организационно-профилактических мер обеспечения безопасности проведения занятий. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех занимающихся на ледовом катке.

1.2. Изучение вопросов безопасности организуется и проводится с целью формирования у занимающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих.

1.3. К занятиям допускаются занимающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности. Инструктаж проводит инструктор по спорту или инструктор по физической культуре отдела организации физкультурных и спортивных мероприятий (далее-инструктор). Знакомство занимающихся с правилами безопасности в виде инструктажа проводится перед каждым занятием с регистрацией в журнале установленной формы.

1.4. Во время тренировочного занятия, возможно воздействие следующих опасных факторов:

- травмы при проведении силовых приемов, обморожение или переохлаждение, потертости от коньков;

- травмы при падении на льду, травмы при выполнении упражнений без разминки;

- травмы при попадании шайбы, ударе клюшкой, коньками в незащищенные места.

- методические ошибки при выполнении заданий;

- несоответствие спортивной экипировки;

- скрытые болезненные состояния.

1.5. Занимающимся запрещается посещать занятия в болезненном состоянии (плохом самочувствии), в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном употреблением наркотических средств, психотропных или токсических средств.

1.6. При неисправностях оборудования, приспособлений, инвентаря и в случае выявления недостатков влияющих на безопасность занятий известить об этом инструктора .

1.7. Занимающиеся должны выходить на лед исключительно на коньках, а также в специальной для занятий защитной теплой спортивной одежде.

1.8. Занимающимся запрещается выходить на лед без инструктора .

1.9. Занимающиеся обязаны строго соблюдать настоящую инструкцию, поддерживать дисциплину на льду, выполнять распоряжения администрации, инструктора и медицинского персонала.

1.10. Занимающиеся, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции по технике безопасности, немедленно отстраняются от тренировочного занятия до повторного прохождения инструктажа, а со всеми занимающимися проводится внеплановый инструктаж по технике безопасности.

II. ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

Перед началом занятий занимающиеся обязаны:

2.1. Тщательно проверить личный спортивный инвентарь .

2.2. Проверить заточку коньков, при необходимости заточить коньки, до начала тренировочного занятия.

2.3. Надеть спортивную экипировку в зависимости от вида спорта (Хоккей или фигурное катание).

III. ТРЕБОВАНИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

3.1. Соблюдать дисциплину, строго выполнять все требования и указания инструктора по физической культуре, без его разрешения запрещается уходить с ледового поля, выполнять упражнения, включая виды упражнений, не требующих страховки.

3.2. Необходимо обязательно провести комплексную разминку на подготовку опорно-двигательного аппарата и других систем, специальную разминку на льду.

3.3. При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.4. Во время тренировочного занятия запрещается жевать и употреблять пищу.

3.5. Неукоснительно соблюдать правила игры при проведении силовых приемов.

3.6. Не кататься на тесных или свободных коньках.

3.7. Постоянно использовать приемы самостраховки при разучивании специальных упражнений: подводящих и спортивно-вспомогательных – при падениях, столкновениях, ударами клюшкой, летящей шайбой.

3.8. Строго соблюдать правила игры, этику поведения, не допуская грубых приемов и неуважения к занимающимся.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПОСЛЕ ОКОНЧАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

4.1. Провести заключительную гимнастику (спокойное катание, упражнения на расслабление).

4.2. Организованно уйти с площадки.

4.3. Снять спортивную одежду и сложить в индивидуальные сумки .

4.4. Принять душ, одеться, просушить волосы.

4.5. Проверить исправность формы, спортивного инвентаря и оборудования, коньки зачехлить.

V. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ И АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.

5.1. Требование безопасности во время нештатных и экстренных ситуациях таких как:

- Отключение электроэнергии
- Прорывы водопровода и канализации
- Прорыв тепловых линий
- Утечка газа
- Пожары
- Выход из строя оргтехники, систем вентиляции и климатического оборудования
- Природные катаклизмы
- Пикетирование и забастовки
- Террористические акты или их угроза
- Гражданские беспорядки
- Локальные конфликты

5.2. В случае возникновения нештатной и экстренной ситуации Посетитель обязан немедленно сообщить непосредственно инструктору (администрации), как можно быстрее покинуть опасную зону (здание) в соответствии с планом эвакуации, в дальнейшем выполнять указания инструктора (администрации).

5.3. При плохом самочувствии прекратить кататься и сообщить об этом инструктору.

5.4. В случае травматизма незамедлительно сообщить инструктору для оказания первой помощи и вызова медицинского персонала.

5.5. При обнаружении подозрительных предметов необходимо незамедлительно сообщить об этом тренеру, инструктору по спорту, руководителю группы, администратору или охране.

УТВЕРЖДЕНА:
приказом ГАУ АО «Центр
зимних видов спорта»
от «01» 01 2023г. № 1/ос

ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ В ЗАЛЕ ХОРЕОГРАФИИ ДЛЯ ЗАНИМАЮЩИХСЯ В РАМКАХ ВЫПОЛНЯЕМОЙ РАБОТЫ «ПРОВЕДЕНИЕ ЗАНЯТИЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-СПОРТИВНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ ПО МЕСТУ ПРОЖИВАНИЯ ГРАЖДАН»

Настоящая инструкция разработана в соответствии с:

Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Правилами оказания физкультурно-оздоровительных услуг, утвержденных Постановлением Правительства Российской Федерации от 30 января 2023 г. № 129;

- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Рекомендациями по обеспечению безопасности и профилактики травматизма при занятиях физической культурой и спортом, утвержденные приказом Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму от 01.04.1993 № 44.

I. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

1.1. Настоящая инструкция по мерам безопасности в зале хореографии для занимающихся в рамках выполняемой работы «Проведение занятий физкультурно-спортивной направленности по месту проживания граждан» (далее-инструкция), устанавливает меры безопасности при занятии в зале хореографии, профилактики и предупреждения травматизма, оказания первой помощи при несчастных случаях, направленные на создание условий по охране здоровья, предупреждению травматизма, проведению организационно-профилактических мер обеспечения безопасности проведения занятий. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех занимающихся в зале хореографии.

1.2. Изучение вопросов безопасности организуется и проводится с целью формирования у занимающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих.

1.3. К тренировочным занятиям допускаются занимающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности. Инструктаж проводит инструктор по спорту или инструктор по физической культуре отдела организации физкультурных и спортивных мероприятий (далее-инструктор). Знакомство занимающихся с правилами безопасности в виде инструктажа проводится перед каждым занятием в устной форме, а с регистрацией в журнале установленной формы один раз в полугодие.

1.4. Во время посещения зала хореографии на занимающихся могут воздействовать следующие вредные и (или) опасные факторы:

- острые кромки, заусенцы и шероховатость на поверхностях спортивного оборудования и инвентаря;
- повышенное значение напряжения электрической цепи, замыкание которой может произойти через тело человека;
- повышенный уровень шума;
- неисправное оборудование и инвентарь;
- падающие спортивные снаряды и оборудование;
- высокие физические нагрузки;
- эмоциональные перегрузки;
- методические ошибки при выполнении заданий;
- несоответствие спортивной экипировки;
- скрытые болезненные состояния.

1.5. Занимающимся запрещается посещать занятия в болезненном состоянии (плохом самочувствии), в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном употреблением наркотических средств, психотропных или токсических средств.

1.6. Необходимо иметь сменную специальную обувь и одежду, предназначенную для тренировочного процесса.

1.7. Необходимо соблюдать личную гигиену (следить за чистотой тела, коротко остригать ногти).

1.8. Запрещается заносить в зал хореографии предметы, не предназначенные для тренировочного занятия.

1.9. При неисправностях оборудования, приспособлений, инвентаря и в случае выявления недостатков влияющих на безопасность занятий известить об этом инструктора .

1.10. Занимающиеся обязаны строго соблюдать настоящую инструкцию, поддерживать дисциплину в зале, выполнять распоряжения администрации, инструктора и медицинского персонала.

1.11. Занимающиеся, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции по технике безопасности, немедленно отстраняются от тренировочного занятия до повторного прохождения инструктажа, а со всеми занимающимися проводится внеплановый инструктаж по технике безопасности.

II. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

Перед началом занятий занимающиеся обязаны:

2.1. Переодеваться в спортивную одежду в раздевалке, снять предметы, представляющие опасность для других (часы, цепочки, кольца, браслеты и т.п.).

2.2. Не заходить в зал хореографии без разрешения инструктора и не выполнять упражнения самостоятельно.

2.3. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, заходить в зал хореографии.

2.4. Не включать самостоятельно электроосвещение.

2.5. Не открывать дверь для проветривания без указания инструктора .

2.6. Не передвигать спортивный инвентарь без указания инструктора.

2.7. Внимательно прослушать инструктаж по технике безопасности на тренировочном занятии.

III. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

Перед началом занятий занимающиеся обязаны:

- 2.1. Переодеваться в спортивную одежду в раздевалке, снять предметы, представляющие опасность для других (часы, цепочки, кольца, браслеты и т.п.).
- 2.2. Не заходить в зал хореографии без разрешения инструктора и не выполнять упражнения самостоятельно.
- 2.3. Спокойно, не торопясь, соблюдая дисциплину и порядок, заходить в зал хореографии.
- 2.4. Не включать самостоятельно электроосвещение.
- 2.5. Не открывать дверь для проветривания без указания инструктора.
- 2.6. Не передвигать спортивный инвентарь без указания инструктора.
- 2.7. Внимательно прослушать инструктаж по технике безопасности на тренировочном занятии.

IV. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

- 4.1. Выходить из спортзала по команде инструктора спокойно, не торопясь.
- 4.2. Умыться и вымыть руки с мылом.
- 4.3. Снять спортивную форму, обувь и использовать её только для тренировочных занятий.
- 4.4. Все недостатки замеченные, во время тренировочного занятия, сообщить инструктору.

V. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ И АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.

5.1. Требование безопасности во время нештатных и экстренных ситуациях таких как:

- Отключение электроэнергии
- Прорывы водопровода и канализации
- Прорыв тепловых линий
- Утечка газа
- Пожары
- Выход из строя оргтехники, систем вентиляции и климатического оборудования
- Природные катаклизмы
- Пикетирование и забастовки
- Террористические акты или их угроза
- Гражданские беспорядки
- Локальные конфликты

5.2. В случае возникновения нештатной и экстренной ситуации Посетитель обязан немедленно сообщить непосредственно инструктору (администрации), как можно быстрее покинуть опасную зону (здание) в соответствии с планом эвакуации, в дальнейшем выполнять указания инструктора (администрации).

5.3. При плохом самочувствии прекратить кататься и сообщить об этом инструктору.

5.4. В случае травматизма незамедлительно сообщить инструктору для оказания первой помощи и вызова медицинского персонала.

5.5. При обнаружении подозрительных предметов необходимо незамедлительно сообщить об этом тренеру, инструктору по спорту, руководителю группы, администратору или охране.

УТВЕРЖДЕНА:
приказом ГАУ АО «Центр
зимних видов спорта»
от «01» 08 2023г. №44/ос

**ИНСТРУКЦИЯ
ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ В РАМКАХ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЫ
«ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ» НА ЛЕДОВОМ КАТКЕ**

Настоящая инструкция разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Правилами оказания физкультурно-оздоровительных услуг, утвержденных Постановлением Правительства Российской Федерации от 30 января 2023 г. № 129;
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Рекомендациями по обеспечению безопасности и профилактики травматизма при занятиях физической культурой и спортом, утвержденные приказом Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму от 01.04.1993 № 44.

**I. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ НА
ТРЕНИРОВОЧНОМ ЗАНЯТИИ**

1.1. Настоящая инструкция по мерам безопасности при занятиях по дополнительной общеразвивающей программе «Фигурное катание» на ледовом катке (далее- инструкция), устанавливает меры безопасности при занятии на ледовом катке, профилактики и предупреждения травматизма, оказания первой помощи при несчастных случаях, направленные на создание условий по охране здоровья, предупреждению травматизма, проведению организационно-профилактических мер обеспечения безопасности проведения занятий. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех занимающихся на ледовом катке

1.2. Изучение вопросов безопасности организуется и проводится с целью формирования у занимающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих.

1.3. К тренировочным занятиям допускаются занимающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности. Инструктаж проводит инструктор по спорту или инструктор по физической культуре отдела организации физкультурных и спортивных мероприятий (далее-инструктор). Знакомство занимающихся с правилами безопасности в виде инструктажа проводится перед каждым занятием в устной форме, а с регистрацией в журнале установленной формы один раз в полугодие.

1.4. Во время тренировочного занятия, возможно воздействие следующих опасных факторов:

- травмы при падении на льду (повреждение головы, туловища, нижних и верхних конечностей и костей рук, растяжение связок голеностопного и коленного суставов, ушибы плечевого суставов и туловища, повреждение лица и челюсти);
- выполнение упражнений без разминки;
- обморожение или переохлаждение;
- потертости от коньков.
- высокие физические нагрузки;
- эмоциональные перегрузки;
- методические ошибки при выполнении заданий;
- несоответствие спортивной экипировки;
- скрытые болезненные состояния.

1.5. Занимающимся запрещается посещать занятия в болезненном состоянии (плохом самочувствии), в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном употреблением наркотических средств, психотропных или токсических средств.

1.6. При неисправностях оборудования, приспособлений, инвентаря и в случае выявления недостатков влияющих на безопасность занятий известить об этом инструктора

1.7. Занимающиеся должны выходить на лед исключительно на коньках, а также в специальной для занятий защитной теплой спортивной одежде.

1.8. Занимающимся запрещается выходить на лед без инструктора .

1.9. Занимающиеся обязаны строго соблюдать настоящую инструкцию, поддерживать дисциплину на льду, выполнять распоряжения администрации, инструктора и медицинского персонала.

1.10. Занимающиеся, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции по технике безопасности, немедленно отстраняются от тренировочного занятия до повторного прохождения инструктажа, а со всеми занимающимися проводится внеплановый инструктаж по технике безопасности.

II. ТРЕБОВАНИЯ ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

Перед началом занятий занимающиеся обязаны:

- 2.1. Тщательно проверить личный спортивный инвентарь (коньки, защитная форма).
- 2.2. Снять все предметы, представляющие опасность (часы, цепочки и т.п.).
- 2.3. Проверить заточку коньков, при необходимости заточить коньки, до начала тренировочного занятия.
- 2.4. Провести разминку.

III. ТРЕБОВАНИЯ ПО ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

3.1. Соблюдать дисциплину, строго выполнять все требования и указания инструктора по физической культуре, без его разрешения запрещается заходить и уходить с ледового поля, выполнять упражнения, включая виды упражнений, не требующих страховки.

- 3.2. Не кататься на тесных или свободных коньках.
- 3.3. При падении во избежание получения травмы необходимо сгруппироваться.
- 3.4. Во время тренировочного занятия запрещается жевать и употреблять пищу.
- 3.5. Постоянно использовать приемы самостраховки при разучивании специальных упражнений.

IV. ТРЕБОВАНИЯ ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ПОСЛЕ ОКОНЧАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

- 4.1. Провести заключительную гимнастику (спокойное катание, упражнения на расслабление).
- 4.2. Организованно уйти с площадки.
- 4.3. Убрать спортивный инвентарь и форму в отведенное для хранения место.
- 4.4. Проверить исправность формы, принять душ, тщательно вымыть лицо и руки с мылом, просушить волосы.

V. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ И АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.

5.1. Требование безопасности во время нештатных и экстренных ситуациях таких как:

- Отключение электроэнергии
- Прорывы водопровода и канализации
- Прорыв тепловых линий
- Утечка газа
- Пожары
- Выход из строя оргтехники, систем вентиляции и климатического оборудования
- Природные катаклизмы
- Пикетирование и забастовки
- Террористические акты или их угроза
- Гражданские беспорядки
- Локальные конфликты

5.2. В случае возникновения нештатной и экстренной ситуации Посетитель обязан немедленно сообщить непосредственно инструктору (администрации), как можно быстрее покинуть опасную зону (здание) в соответствии с планом эвакуации, в дальнейшем выполнять указания инструктора (администрации).

5.3. При плохом самочувствии прекратить кататься и сообщить об этом инструктору.

5.4. В случае травматизма незамедлительно сообщить инструктору для оказания первой помощи и вызова медицинского персонала.

5.5. При обнаружении подозрительных предметов необходимо незамедлительно сообщить об этом тренеру, инструктору по спорту, руководителю группы, администратору или охране.

УТВЕРЖДЕНА:
приказом ГАУ АО «Центр
зимних видов спорта»
от «01» 02 2023г. № 74/ос

ИНСТРУКЦИЯ

ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ ЗАНЯТИЯХ В РАМКАХ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ ПРОГРАММЕ «ХОККЕЙ С ШАЙБОЙ» НА ЛЕДОВОМ КАТКЕ

Настоящая инструкция разработана в соответствии с:

- Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральным законом от 04.12.2007 № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;
- Правилами оказания физкультурно-оздоровительных услуг, утвержденных Постановлением Правительства Российской Федерации от 30 января 2023 г. № 129;
- СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- Рекомендациями по обеспечению безопасности и профилактики травматизма при занятиях физической культурой и спортом, утвержденные приказом Государственного комитета РФ по физической культуре, спорту и туризму от 01.04.1993 № 44.

I. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ К ТРЕНИРОВОЧНОМУ ЗАНЯТИЮ

1.1. Настоящая инструкция по мерам безопасности при занятиях по дополнительной общеразвивающей программе «Хоккей с шайбой» на ледовом катке (далее-инструкция), устанавливает меры безопасности при занятии на ледовом катке, профилактики и предупреждения травматизма, оказания первой помощи при несчастных случаях, направленные на создание условий по охране здоровья, предупреждению травматизма, проведению организационно-профилактических мер обеспечения безопасности проведения занятий. Соблюдение данной инструкции обязательно для всех занимающихся в на ледовом катке.

1.2. Изучение вопросов безопасности организуется и проводится с целью формирования у занимающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих.

1.3. К тренировочным занятиям допускаются занимающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности. Инструктаж проводит инструктор по спорту или инструктор по физической культуре отдела организации физкультурных и спортивных мероприятий (далее-инструктор). Знакомство занимающихся с правилами безопасности в виде инструктажа проводится перед каждым

занятием в устной форме, а с регистрацией в журнале установленной формы один раз в полугодие.

1.4. Во время тренировочного занятия, возможно воздействие следующих опасных факторов:

- травмы при проведении силовых приемов, обморожение или переохлаждение, потертости от коньков;
- травмы при падении на льду, травмы при выполнении упражнений без разминки;
- травмы при попадании шайбы, ударе клюшкой, коньками в незащищенные места.
- методические ошибки при выполнении заданий;
- несоответствие спортивной экипировки;
- скрытые болезненные состояния.

1.5. Занимающимся запрещается посещать занятия в болезненном состоянии (плохом самочувствии), в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном употреблением наркотических средств, психотропных или токсических средств.

1.6. При неисправностях оборудования, приспособлений, инвентаря и в случае выявления недостатков влияющих на безопасность занятий известить об этом инструктора

1.7. Занимающиеся должны выходить на лед исключительно на коньках, а также в специальной для занятий защитной теплой спортивной одежде.

1.8. Занимающимся запрещается выходить на лед без инструктора .

1.9. Занимающиеся обязаны строго соблюдать настоящую инструкцию, поддерживать дисциплину на льду, выполнять распоряжения администрации, инструктора и медицинского персонала.

1.10. Занимающиеся, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции по технике безопасности, немедленно отстраняются от тренировочного занятия до повторного прохождения инструктажа, а со всеми занимающимися проводится внеплановый инструктаж по технике безопасности.

II. ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

Перед началом занятий занимающиеся обязаны:

2.1. Тщательно проверить личный спортивный инвентарь (коньки, защитная форма, клюшку).

2.2. Проверить заточку коньков, при необходимости заточить коньки, до начала тренировочного занятия.

2.3. Надеть хоккейную форму, всем полевым игрокам надеть на голову защитный шлем с металлическим решетчатым «забралом», на шею - специальный щиток (ошейник), защищающий горло, нагрудник для защиты груди и области надплечий, специальные трусы с широким поясом и прокладками для защиты таза и передней поверхности бедер. Под трусы одеть «раковины» для защиты половых органов, на переднюю поверхность голеней и коленных суставов – щитки, на локти – налокотники. Надеть ботинки с высоким задником и толстым носком и проверить прочность шнуровки. На руках должны быть кожаные перчатки со специальной прокладкой.

2.3. Особенно хорошо должен быть защищен вратарь, который имеет, в основном, те же защитные приспособления, что и полевые игроки, только шлем должен иметь полную лицевую маску с вратарской защитой лица и головы, защита шеи вратаря должна быть разработана с вратарской маской и давать дополнительную защиту вокруг горла.

Специальный нагрудник, широкие щитки и другие конфигурации должны отличаться особой прочностью. На ногах вратаря должны быть специальные ботинки с коньками.

III. ТРЕБОВАНИЯ ПО ТЕХНИКИ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

3.1. Соблюдать дисциплину, строго выполнять все требования и указания инструктора по физической культуре, без его разрешения запрещается уходить с ледового поля, выполнять упражнения, включая виды упражнений, не требующих страховки.

3.2. Необходимо обязательно провести комплексную разминку на подготовку опорно-двигательного аппарата и других систем, специальную разминку на льду.

3.3. При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.4. Во время тренировочного занятия запрещается жевать и употреблять пищу.

3.5. Неукоснительно соблюдать правила игры при проведении силовых приемов.

3.6. Не кататься на тесных или свободных коньках.

3.7. Постоянно использовать приемы самостраховки при разучивании специальных упражнений: подводящих и спортивно-вспомогательных – при падениях, столкновениях, ударами клюшкой, летящей шайбой.

3.8. Строго соблюдать правила игры, этику поведения, не допуская грубых приемов и неуважения к занимающимся.

IV. ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПОСЛЕ ОКОНЧАНИЯ ТРЕНИРОВОЧНОГО ЗАНЯТИЯ

4.1. Провести заключительную гимнастику (спокойное катание, упражнения на расслабление).

4.2. Организованно уйти с площадки.

4.3. Снять спортивную одежду и сложить в индивидуальные сумки или шкафы. Влажную одежду обязательно повесить для просушки.

4.4. Принять душ, одеться, просушить волосы.

4.5. Проверить исправность формы, спортивного инвентаря и оборудования, коньки зачехлить. Убрать спортивный инвентарь и форму в отведенное для хранения место.

V. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ И АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.

5.1. Требование безопасности во время нештатных и экстренных ситуациях таких как:

- Отключение электроэнергии
- Прорывы водопровода и канализации
- Прорыв тепловых линий
- Утечка газа
- Пожары
- Выход из строя оргтехники, систем вентиляции и климатического оборудования
- Природные катаклизмы
- Пикетирование и забастовки
- Террористические акты или их угроза
- Гражданские беспорядки
- Локальные конфликты

5.2. В случае возникновения нештатной и экстренной ситуации Посетитель обязан немедленно сообщить непосредственно инструктору (администрации), как можно быстрее

покинуть опасную зону (здание) в соответствии с планом эвакуации, в дальнейшем выполнять указания инструктора (администрации).

5.3. При плохом самочувствии прекратить кататься и сообщить об этом инструктору.

5.4. В случае травматизма незамедлительно сообщить инструктору для оказания первой помощи и вызова медицинского персонала.

5.5. При обнаружении подозрительных предметов необходимо незамедлительно сообщить об этом тренеру, инструктору по спорту, руководителю группы, администратору или охране.

Приложение №8

УТВЕРЖДЕН
приказом ГАУ АО «Центр зимних видов спорта»
от «___» _____ 2023 г. № ___/ос

ЖУРНАЛ

регистрации проведения инструктажа по технике безопасности при занятиях по дополнительным общеразвивающим программам по видам спорта «хоккей с шайбой» и «фигурное катание» в зале хореографии

_____ (наименование подразделения)

Начат _____ 20__ г.

Окончен _____ 20__ г.

Ст _____ Ср.Х. _____

Приложение №9

УТВЕРЖДЕН
приказом ГАУ АО «Центр зимних видов спорта»
от «___» _____ 2023 г. № ___/ос

ЖУРНАЛ

регистрации проведения инструктажа по технике безопасности во время массового катания на ледовом катке

_____ (наименование подразделения)

Начат _____ 20__ г.

Окончен _____ 20__ г.

Ст _____ Ср.Х. _____

Приложение №10

УТВЕРЖДЕН
приказом ГАУ АО «Центр зимних видов спорта»
от «__» _____ 2023 г. № __/ос

ЖУРНАЛ

регистрации проведения инструктажа по технике безопасности во время спортивно-массового катания на ледовом катке

Начат _____ 20__ г.

Окончен _____ 20__ г.

Ст _____ Ср.Х. _____

Приложение №11

УТВЕРЖДЕН
приказом ГАУ АО «Центр зимних видов спорта»
от «__» _____ 2023 г. № __/ос

ЖУРНАЛ

регистрации проведения инструктажа по технике безопасности при занятиях на ледовом катке для занимающихся в рамках выполняемой работы «Проведение занятий физкультурно-спортивной направленности по месту проживания граждан»

Начат 20 з.

Окончен 20 з.

Ст Ср.Х.

Приложение №12

УТВЕРЖДЕН
приказом ГАУ АО «Центр зимних видов спорта»
от «__» _____ 2023 г. № __/ос

ЖУРНАЛ

*регистрации проведения инструктажа при занятиях в рамках дополнительной общеразвивающей программы
«фигурное катание» на ледовом катке*

Начат _____ 20__ г.

Окончен _____ 20__ г.

Ст _____ Ст.Х. _____

Приложение №13

УТВЕРЖДЕН
приказом ГАУ АО «Центр зимних видов спорта»
от «__» _____ 2023 г. № ____/ос

ЖУРНАЛ

регистрации проведения инструктажа по технике безопасности в зале хореографии в рамках выполняемой работы «проведение занятий физкультурно-спортивной направленности по месту проживания граждан».

Начат _____ 20__ г.

Окончен _____ 20__ г.

Ст _____ *Ср.Х.* _____

Приложение №14

УТВЕРЖДЕН
приказом ГАУ АО «Центр зимних видов спорта»
от «___» _____ 2023 г. № ___/ос

ЖУРНАЛ

регистрации проведения инструктажа по технике безопасности при занятиях в рамках дополнительной общеразвивающей
программе «хоккей с шайбой» на ледовом катке

Начат _____ 20__ г.

Окончен _____ 20__ г.

Ст _____ Ср.Х. _____

