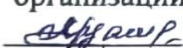


Муниципальное автономное учреждение дополнительного образования
города Набережные Челны «Детский физкультурно-оздоровительный центр
«Дельфин №8»

Согласовано
Председатель первичной профсоюзной
организации
 Р.В.Арзамасцева

 Утверждаю
Директор МАУДО ДФОЦ
«Дельфин №8»
 И.И.В.Цыганов

Введено в действие приказом
от 04.05. 022 г. № 35

ИНСТРУКЦИЯ
по технике безопасности для обучающихся
при проведении занятий на коньках
ИТБ – 28 – 2022

1. Общие требования безопасности.

1.1. К занятиям на коньках допускаются дети дошкольного возраста и учащиеся с 1-го класса, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий на коньках соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий на коньках возможно воздействие на воспитанников следующих опасных факторов:

- Обморожения при проведении занятий при ветре более 1,5 – 2,0 м/с и при температуре воздуха ниже -20°C ;
- Травмы при ненадежном креплении ботинок к конькам;
- Потертости ног при неправильной подгонке ботинок;
- Травмы при падении во время катания.
- Травмы при приеме шайбы на себя;
- Травмы при неосторожном обращении с клюшкой.

1.4. При проведении занятий на коньках должна быть медаптечка с набором медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.5. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить педагогу дополнительного образования, который сообщает об этом администрации ДФОЦ «Дельфин №8». При неисправности инвентаря или коньков прекратить занятия и сообщить об этом педагогу дополнительного образования.

1.6. В процессе занятий воспитанники должны соблюдать дисциплину, порядок проведения занятий и правила личной гигиены.

1.7. Воспитанники, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

2.1. Надеть легкую, теплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки и перчатки или варежки. При температуре воздуха ниже -15°C проводить тренировки на открытом воздухе запрещается.

2.2. Проверить исправность инвентаря и подогнать ботинки по ноге за счет шнуровки. Ботинки должны быть подобраны по размеру ноги.

2.3. Для предотвращения болевых ощущений и снижения количества травм хоккеистам нужно защищать область живота, для защиты от механических воздействий надеть наплечники, налокотники, наколенники, на голову – шлем. Кроме того, вратарь должен быть в защитной маске.

2.4. Проверить подготовленность катка на предмет отсутствия в месте проведения занятий опасностей, которые могут привести к травме. Каток будет в хорошем состоянии лишь при систематическом уходе: его надо периодически очищать от ледяной «срезки», которая образуется при катании и от снега, как только он выпадет

3. Требования безопасности во время занятий.

- 3.1. На льду нельзя сорить, попавший под коньки мусор угрожает конькобежцу падением.
- 3.2. Передвигаться надо в одном направлении. Бег против движения мешает катающимся и может послужить причиной столкновения.
- 3.3. Бег длинной цепью по несколько человек, также мешают общему катанию.
- 3.4. При катании не выставлять вперед хоккейные клюшки.
- 3.5. На катке рекомендуется выделять специальные площадки для игры в хоккей, и для просто катающихся.
- 3.6. При разминке после разгона на коньках резко не останавливаться, во избежание столкновений с другими хоккеистами.
- 3.7. Следить друг за другом и немедленно сообщить педагогу дополнительного образования о первых же признаках обморожения.
- 3.8. Во избежание потертостей ног не обувать слишком тесные ботинки.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

- 4.1. При поломке или порче снаряжения и невозможности починить его на месте, сообщить об этом педагогу дополнительного образования и с его разрешения двигаться к месту расположения учреждения.
- 4.2. При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, сообщить об этом педагогу дополнительного образования.
- 4.3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации ДФОЦ «Дельфин №8».

5. Требования безопасности по окончании занятий.

- 5.1. Проверить по списку наличие всех воспитанников.
- 5.2. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- 5.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо руки с мылом.