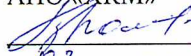


СОГЛАСОВАНО  
Председатель профкома  
АНО «ХКМ»  
 Г.В. Романова  
« 03 » сентября 2009 г.

СОГЛАСОВАНО  
Ведущий специалист  
ГО, ПО и ОТ АНО «ХКМ»  
 Ю.В. Рекст  
« 3 » сентября 2009 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор АНО «ХКМ»  
 Г.И. Величкин  
« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ г.



**ИНСТРУКЦИЯ**  
**по технике безопасности для учащихся СДЮСШОР «Металлург»**  
**при занятиях на льду**

**ИОТ – ДХШМ – 6 – 2009 г.**

**I. Общие требования безопасности**

К занятиям хоккеем с шайбой допускаются учащиеся, прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы тренировки и отдыха, правила личной гигиены.

При проведении занятий на льду возможно воздействие на учащихся следующих опасных факторов:

- травмы при падении;
- травмы при столкновениях;
- травмы при применении силовых приемов;
- выполнение упражнений без разминки;
- потертости от коньков.

При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом представителю администрации школы.

При неисправности спортивного инвентаря или оборудования прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

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

**II. Требования безопасности перед началом занятий**

**Учащийся должен:**

1. Надеть спортивную форму.
2. Проверить исправность спортивного инвентаря и точку коньков.
3. Провести разминку.

### III. Требования безопасности во время проведения занятий

Четко выполнять все требования и распоряжения тренера-преподавателя.

Не кататься на тесных или свободных коньках.

Выходить на лед и заходить в помещение только с разрешения тренера-преподавателя.

Запрещается кататься, когда на льду работает техника по подготовке льда.

### IV. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях

#### Учащийся должен:

При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом тренеру-преподавателю, затем представителю администрации школы или охраны, при необходимости отправить пострадавшего в медпункт школы.

### V. Требования безопасности по окончании занятий

#### Учащийся должен:

1. Снять коньки и спортивную форму.
2. Убрать спортивный инвентарь и форму в отведенное для хранения место.
3. Принять душ.

Составитель инструкции: Завуч СДЮСШОР «Металлург»

П. Краф - П. М. Красилова  
подпись (ФИО)

*Содержание инструкции  
исправлено.  
Срок действия продлен  
до 03 сентября 2019 года.*

*01.09.2014г. П. Краф - П. М. Красилова  
завуч СДЮСШОР*