



«Утверждаю»
Директор МБУ «СШ «Юность»
Х.Х.Гилязетдинов
«25» декабря 20 19 г.

Инструкция по охране труда при проведении тренировочных занятий по фигурному катанию на коньках

1. Общие требования безопасности

- 1.1. Тренер допускает к занятиям по фигурному катанию на коньках лиц, прошедших инструктаж по охране труда, медицинский осмотр, не имеющих противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.2. Контролирует при проведении занятий соблюдение правил поведения занимающимся в СШ, расписание тренировочных занятий, установленные режимы занятий, отдыха и правила личной гигиены.
- 1.3. Проверяет лёд, отсутствие посторонних предметов на льду: ямок, бугров, которые мешают тренировочному процессу и не допускает загромождений при входе и выходе посторонними предметами.
- 1.4. Контролирует при проведении занятий фигурным катанием присутствие медицинского работника и наличие медицинской аптечки, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой медицинской помощи при травмах.
- 1.5. Не допускает невыполнение или нарушение инструкции занимающимся по охране труда. Занимающиеся, допустившие нарушение инструкции по охране труда привлекает к ответственности и со всеми занимающимися проводит внеплановый инструктаж по охране труда.
- 1.6. При проведении занятий фигурным катанием возможно воздействие на занимающихся следующих опасных факторов:
 - травмы при ненадежном креплении коньков к обуви;
 - потертости ног при не правильной подгонке ботинок;
 - травмы при падении на лед и при столкновении занимающихся друг с другом;
 - не соблюдение максимально-разрешенного количества занимающихся при тренировочных занятиях.

2. Требования безопасности перед началом занятий

- 2.1. Тренер проверяет отсутствие у занимающихся предметов, которые мешают тренировочному процессу (бижутерия, наручные часы, заколки, телефон и т.д.) волосы собранные заколкой.
- 2.2. Проверяет спортивную одежду, она должна быть легкая, теплая и не стесняющая движение. Ботинки должны быть подобраны по размеру ноги, коньки надежные и правильно прикреплены к обуви.
- 2.3. Проводит занимающимися инструктаж по технике безопасности.
- 2.4. Проверяет достаточность освещения.
- 2.5. Не допускает выход занимающихся на ледовую арену, без разрешения.
- 2.6. Проводит разминку.

3. Требования безопасности во время занятий

- 3.1. Тренер не допускает выполнения упражнений и каких-то действий по фигурному катанию без команды.

- 3.2. Контролирует дистанцию при движении на коньках по ледовой арене 3-4 метра, не допускает резкой остановки, и отдых на пути движения другого занимающегося. Соблюдает установленный режим занятий и отдыха.
- 3.3. При обучении на льду новичков применяет страховку каждого выполняющего самостоятельное движение, используя для этой цели барьеры, поручни.
- 3.4. Не оставляет занимающихся одних во время занятий и перерывов.

4. Требования безопасности в не штатных ситуациях

- 4.1. При появлении во время занятий плохого самочувствия занимающегося, снимает с тренировочного занятия, приглашает медицинского работника школы.
- 4.2. При получении во время занятий травмы, тренер немедленно оказывает медицинскую помощь, приглашает медицинского работника школы, сообщает об этом родителям пострадавшего, администрации школы, при необходимости отправляет его в ближайшее медицинское учреждение.
- 4.3. При возникновении пожара или других стихийных бедствий немедленно прекращает занятия, эвакуирует занимающихся из здания, сообщает о пожаре в пожарную часть, администрации школы и приступает к тушению очага возгорания с помощью первичных средств тушения пожара или ликвидации последствия стихийных бедствий, если это возможно.

5. Требования безопасности по окончании занятий

- 5.1. Проверяет по списку наличие всех занимающихся, забытую спортивную одежду, обувь, личные предметы на ледовой арене.
- 5.2. Выводит занимающихся с ледовой арены и направляет в раздевалку.
- 5.3. Убирает в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- 5.4. Закрывает все бортовые выходы на ледовую арену.
- 5.5. Покидает ледовую арену, выключает освещение.

Разработал: инженер по ОТ и ТБ



Р.Х.Сайранова

22.11.19