



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЦЕНТРАЛЬНАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА № 1

143300, Московская область,
г.Наро-Фоминск, ул. Парк Воровского, д.2

тел. 8(496)343-70-60
e-mail: nafo_sportschool_1@mosreg.ru

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАУДО ЦСШ № 1

С.С. Ершова

« 01 »

ИЮНЯ

С.С. Ершова
2023 г. 1



**ИНСТРУКЦИЯ - 12
ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ
ПРИ ЗАНЯТИЯХ НА ОТКРЫТОЙ ЛЕДОВОЙ ПЛОЩАДКЕ**

(утверждено приказом от 31.05.2023 № 55-ОД)

1. К занятиям на хоккейной коробке допускаются лица, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья и ознакомившиеся с данной инструкцией. Для детей до 12 лет подробное разъяснение правил поведения на хоккейной коробке проводят родители или их законные представители.

2. Занятия на хоккейной коробке должны проводиться под руководством тренера/инструктора спортивной школы. Лица, использующие хоккейную коробку самостоятельно, несут полную ответственность за причинение вреда здоровью и нанесения ущерба себе и третьим лицам.

3. Для занятий на хоккейной коробке необходимо переодеться в спортивную форму, в зимнее время года надеть коньки, перчатки и средства индивидуальной защиты, снять часы и украшения, освободить карманы одежды.

4. Перед началом занятий необходимо провести тщательную разминку, а также убедиться в исправности средств индивидуальной защиты, коньков и целостности ледового покрытия площадки (в зимнее время года), исправности и надежности ограждения площадки, исправности, устойчивости и надежности крепления инвентаря.

5. Запрещается проводить занятия при наличии поврежденного покрытия, неисправного инвентаря и ограждения, самостоятельно ремонтировать и изменять их конструкцию/покрытие, а также перемещать, превышать допустимую нагрузку и использовать не по назначению.

6. При обнаружении повреждения и неровностей покрытия (в зимнее время года - льда), неисправности инвентаря и других недостатках сообщить тренеру/инструктору или в администрацию спортивной школы по телефону: 8 (496) 342-65-03.

7. Выходить на лед аккуратно, держась за борт. Движение осуществлять по большому кругу, в направлении против часовой стрелки. Во время движения скорость и дистанцию необходимо выдерживать таким образом, чтобы в экстренном случае избежать столкновения друг с другом. Упав, во избежание наезда другими посетителями, не лежать на льду, а стараться быстрее принять исходное положение. При невозможности самостоятельно подняться, привлечь внимание других посетителей.

8. Для детей и неуверенно катающихся необходимо пользоваться полным комплектом средств индивидуальной защиты – шлемами, налокотниками и наколенниками.

9. При выполнении упражнений контролировать собственное самочувствие, не допуская переохлаждения и обезвоживания, а при ухудшении самочувствия или

Ревизия	01	Инструкция по технике безопасности при проведении занятий открытой ледовой площадке. ИТБ-12.
Дата	Июнь 2023	
Исполнил	Булгаков О.Н.	Страница 1 из 3

обнаружении признаков теплового удара/переохлаждения закончить выполнение упражнения и сообщить тренеру/инструктору. При необходимости вызвать скорую помощь по телефону: **103, 112**.

10. Занятия на хоккейной коробке должны проводиться при благоприятных погодных условиях и достаточном уровне освещенности. Запрещается проводить занятия во время дождя, грозы, при сильном ветре, снегопаде, при температуре воздуха ниже -20°C .

11. На хоккейной коробке запрещается находиться и пользоваться инвентарем детям в возрасте до 12 лет без присмотра родителей или их законных представителей, приступать к занятиям при незаживших ранах, травмах и общем недомогании, приступать к занятиям сразу после приема пищи, находиться на льду без коньков, кататься против основного потока людей, кататься на большой скорости, выполнять сложные элементы фигурного катания во время массового катания людей, портить лед (долбить или ковырять его коньками или другими предметами, а также бросать на лед какие-либо предметы, выливать жидкости и сыпать какие-либо вещества), сидеть/лежать на льду, сорить, курить, выгуливать собак, принимать пищу, употреблять спиртные напитки и наркосодержащие препараты.

12. При происшествии или получении травмы необходимо оказать первую помощь пострадавшему, сообщить тренеру/инструктору или вызвать скорую помощь по телефонам: **103, 112**, а также, по возможности, оградить опасную зону и зафиксировать обстановку на месте происшествия.

13. После окончания занятий вернуть снаряды в исходное состояние/в место хранения.

Ревизия	01	Инструкция по технике безопасности при проведении занятий	
Дата	Июнь 2023	открытой ледовой площадке. ИТБ-12.	
Исполнил	Булгаков О.Н.		Страница 2 из 3