

СОГЛАСОВАНО
Протокол заседания профсоюзного
комитета первичной профсоюзной
организации учреждения
«Республиканский центр олимпийской
подготовки по велосипедному и
ледовым видам спорта»
от 31.05 2022 № 5

УТВЕРЖДЕНО
Директор учреждения
«Республиканский центр
олимпийской подготовки по
велосипедному и ледовым видам
спорта» 
Д.Л.Толкачёв
31.05 2022

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда
при занятиях фигурным катанием
на коньках

№ 17

Глава 1
ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Настоящая инструкция устанавливает основные организационно-профилактические меры обеспечения безопасности и снижения травматизма, обязательные к выполнению при осуществлении учебно-тренировочного процесса в том числе спортивных соревнований и учебно-тренировочных сборов по фигурному катанию (далее – учебно-тренировочные занятия).

2. Учебно-тренировочные занятия проводятся строго при соответствии места проведения санитарно-гигиеническим нормам, готовности спортивного сооружения, инвентаря и оборудования. Все учебно-тренировочные занятия проводятся строго под руководством тренера/тренера-преподавателя по фигурному катанию на коньках (далее – тренер/тренер-преподаватель) и согласно утвержденному расписанию.

К учебно-тренировочным занятиям допускаются лица, прошедшие медицинское освидетельствование, инструктажи по охране труда, проверку знаний и имеющие соответствующую экипировку

Глава 2
ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

1. Проверить исправность формы и коньков на отсутствие внешних повреждений. Надеть и застегнуть форму и коньки, не допуская свисающих концов одежды, шнурков коньков. Форма должна быть легкой, теплой, удобной, не стесняющих движений.

2. Не закалывать форму булавками, иголками, не держать в карманах одежды острые, бьющиеся предметы.

3. Проверить исправность инвентаря и подогнать крепление коньков к обуви. Ботинки должны быть подобраны по размеру ноги.

4. Проверить подготовленность льда, площадки, отсутствие в месте проведения занятий опасностей, которые могут привести к травме.

5. Фигурист должен лично убедиться в том, что все меры, необходимые для обеспечения безопасности выполнены.

6. Перед выходом к месту занятий тренер/тренер-преподаватель обязан объяснить правила передвижения с коньками и на коньках в условиях, которые могут встретиться на пути передвижения.

7. Обо всех обнаруженных неисправностях инвентаря и других неполадках сообщить руководителю и приступить к работе только после их устранения.

Глава 3

ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

1. Выполнять требования тренерского состава, касающиеся профессиональной учебы, тренировок.

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

3. Своевременно реагировать и выполнять требования тренера/тренера-преподавателя.

4. Не выходить на лед в не подходящих по размеру коньках.

5. Соблюдать интервал при движении на коньках по ледовой площадке, катку 3-4 метра.

6. При движении по ледовой площадке запрещается резко останавливаться, а также отдыхать, стоя на пути движения других фигуристов.

7. При падении сгруппироваться, не выставлять вперед прямые руки.

8. Следить друг за другом и немедленно сообщить тренеру о первых же признаках обморожения.

9. При обучении на льду новичков следует применять страховку каждого выполняющего самостоятельное движение, используя для этой цели барьеры, поручни.

10. Запрещается кататься на катках и конькобежных дорожках одновременно на беговых, обычных и фигурных коньках.

11. Не использовать для сидения случайные предметы (ящики, коробки и т.п.), оборудование и приспособления.

12. В случае плохого самочувствия прекратить занятие, поставить в известность своего руководителя и обратиться к врачу.

Глава 4

ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ

1. Проверить исправность спортивного инвентаря, в случае обнаружения неисправностей сообщить тренеру/тренеру-преподавателю. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
2. Снять форму и коньки. Полозья коньков протереть насухо. Осмотреть форму и коньки, привести в порядок и убрать в специально отведенное место в хорошо вентилируемом помещении.
3. Тщательно вымыть лицо и руки с мылом, принять душ, переодеться в сухую, чистую одежду.
4. Сообщить руководителю работ обо всех неисправностях, замеченных во время работы, и мерах, принятых к их устраниению.

Глава 5

ОБЯЗАННОСТИ ТРЕНЕРА/ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ

Тренер/тренер-преподаватель обязан:

- проводить со спортсменами-инструкторами инструктаж по технике безопасности и правилам поведения на учебно-тренировочных занятиях;
- обеспечить безопасное проведение учебно-тренировочного процесса;
- прибыть на стадион за 30 минут до начала тренировки;
- следить за соблюдением правил поведения спортсменами-инструкторами в раздевалках;
- проверить безопасность выхода учащихся на лед;
- проверить состояние, качество льда и экипировки спортсменов;
- обеспечить организованный и безопасный выход на лед;
- объяснять спортсменам-инструкторам правила поведения на льду и требовать от них их соблюдения;
- находиться на льду в коньках и спортивной форме;
- при травме помочь пострадавшему покинуть ледовую площадку, обратиться к дежурной медсестре и сообщить о случившемся руководителю;
- по окончании тренировки необходимо обеспечить организованный и безопасный выход с ледовой площадки;
- во время выхода машины для подготовки льда по сигналу обеспечить уход учащихся с конькобежной дорожки;
- не допускать присутствие на месте проведения учебно-тренировочного занятия посторонних лиц;
- не допускать самовольного ухода спортсмена с учебно-тренировочного занятия.

Глава 6 ОБЯЗАННОСТИ СПОРТСМЕНА-ИНСТРУКТОРА

Спортсмен-инструктор обязаны:

соблюдать общие правила поведения на льду и дисциплину во время учебно-тренировочных занятий;

находиться на льду в соответствующей виду спорта экипировке;

находиться на льду только в присутствии тренера/тренера-преподавателя;
содержать в должном порядке экипировку и инвентарь личного

пользования.

не выходить на лед во время заливки;

ходить с учебно-тренировочного занятия только с разрешения
тренера/тренера-преподавателя.

Инструкцию разработал:

Инженер по охране труда

 В.Т.Русакович