



от \_\_\_\_\_

## ПРАВИЛА БЕЗОПАСНОСТИ при игре в хоккей и катании на коньках на спортивной площадке

### 1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ

1.1. К занятиям хоккеем допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья

1.2. Занятия хоккеем на открытых хоккейных кортах отменяются при температуре воздуха ниже –25 градусов без ветра и – 20 градусов с ветром.

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

1.4. При проведении занятий по хоккею возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при падении на льду;
- травмы при применении силовых приемов;
- выполнение упражнений без разминки;
- обморожение или переохлаждение;
- потертости от коньков.

1.5. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить инструктору, который сообщает об этом администрации учреждения. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру.

1.6. Обучающиеся, 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 хоккейную форму (шлем, маску, наплечники, налокотники, щитки, раковину, трусы хоккейные, краги, коньки).

2.2. Проверить исправность спортивного инвентаря и точку коньков.

2.3. Провести разминку.

### 3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ

3.1. Запереть все калитки на хоккейной коробке.

3.2. Четко выполнять все требования и распоряжения инструктора.

3.3. Не кататься на тесных или свободных коньках.

3.4. При сильном морозе и ветре следить за товарищами и сообщать о первых признаках обморожения.

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

### 4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру.

4.2. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом тренеру или администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.