



«УТВЕРЖДАЮ»

Исполнительный директор  
АСНО «Академия СКА»

А.В. Точицкий

2022 г.

## **Инструкция по безопасности для обучающихся в ДЮСШ «Армия СКА»**

Настоящая инструкция распространяет свое действие на лиц, обучающихся в ДЮСШ «Армия СКА» (далее - ДЮСШ), а также на участников тренировочно-просмотрового лагеря по хоккею с шайбой (далее - Лагерь) (далее - обучающиеся).

### **1. Общие положения**

1.1. К спортивным занятиям допускаются обучающиеся, прошедшие инструктаж по безопасности, медицинский осмотр, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. К спортивным занятиям допускаются обучающиеся в спортивной экипировке. Спортивная экипировка должна соответствовать полу, росту, размерам обучающегося, характеру и условиям проводимых занятий.

1.3. Основные виды травм, которые могут возникнуть во время занятий в спортивном зале:

- травмирование мышц вследствие чрезмерной физической нагрузки;
- травмы при проведении занятий с использованием неисправного спортивного инвентаря и оборудования;
- травмы, полученные в связи с неправильным использованием спортивного инвентаря и оборудования;
- травмы, полученные в процессе занятий от других обучающихся.

1.4. Основные виды травм и состояния организма, которые могут возникнуть на ледовой арене во время занятий хоккеем с шайбой:

- травмирование мышц вследствие проведения тренировок и соревнований без разминки;
- травмы при проведении тренировок и мероприятий с использованием неисправного спортивного инвентаря и оборудования;
- травмы, полученные в связи с неправильным использованием спортивного инвентаря и оборудования;
- травмы, полученные в результате падения на ледовой арене;
- порезы лезвиями коньков;
- травмы (удары), полученные при нахождении в зоне броска шайбы;
- травмы, полученные при преднамеренном и непреднамеренном столкновении обучающихся;
- обморожение или переохлаждение вследствие длительного пребывания на льду.

1.5. Дополнительные виды травм и состояния организма, которые могут возникнуть у обучающихся на территории ДЮСШ (Лагеря):

- травмы, полученные вследствие личной неосторожности;
- травмы, полученные от других обучающихся;
- травмы, полученные в результате нарушения правил эксплуатации спортивного сооружения;
- снижение работоспособности и ухудшение общего самочувствия ввиду переутомления в связи с спортивными нагрузками.

#### 1.6. Обучающиеся обязаны:

- соблюдать утвержденные правила поведения и требования настоящей инструкции;
- соблюдать расписание учебных занятий, установленные режимы тренировки и отдыха, правила личной гигиены;
- соблюдать осторожность при нахождении на территории ДЮСШ (Лагеря), выполнять требования знаков безопасности;
- выполнять распоряжения тренеров, тренеров-преподавателей и руководителя ДЮСШ (Лагеря);
- пользоваться спортивной экипировкой;
- соблюдать требования пожарной безопасности (запрещается пользоваться открытым огнем в помещениях ДЮСШ (Лагеря));
- сообщать тренерам о поломке или неисправности спортивного инвентаря и оборудования, а также имущества ДЮСШ (Лагеря);
- сообщать персоналу, осуществляющему уборку, (в случае отсутствия такового – тренерам, тренерам-преподавателям) о рассыпанных (пролитых) веществах, разбитой стеклянной таре и т.п.;
- немедленно извещать тренера, тренера-преподавателя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом происшедшем несчастном случае, или об ухудшении состояния своего здоровья.

1.7. Лица, виновные в нарушении требований и указаний настоящей инструкции, несут ответственность в установленном законом порядке, в зависимости от последствий, вызванных нарушением.

### **2. Требования безопасности перед началом занятий**

#### 2.1. Обучающийся обязан:

- снять предметы, представляющие опасность во время занятий спортом (часы, цепочки и т.п.);
- для занятий в спортивном зале переодеться в спортивную форму в раздевалке;
- до входа на ледовую арену визуально проверить качество заточки коньков, надеть хоккейную экипировку (шлем, маску, наплечники, налокотники, щитки, раковину, трусы хоккейные, коньки, защиту шеи, хоккейные перчатки, джерси, гамаши/рейтузы);
- визуально проверить исправность используемого спортивного инвентаря;
- вход в спортивный зал и на ледовую арену осуществлять только с разрешения тренера, тренера-преподавателя.

### **3. Требования безопасности во время занятий**

#### 3.1. Обучающийся обязан:

- четко выполнять все требования и распоряжения тренера, тренера-преподавателя;
- под руководством тренера, тренера-преподавателя провести предварительную разминку;
- прерывать занятия, отлучаться из спортивного зала и с ледовой арены только с разрешения тренера, тренера-преподавателя;
- осуществлять тренировочный процесс, использовать спортивный инвентарь и оборудование только под руководством тренера, тренера-преподавателя;
- начинать и заканчивать тренировку по сигналу (команде) тренера, тренера-преподавателя;
- избегать столкновений с другими обучающимися, не допускать толчков и ударов.

#### 3.2. Обучающемуся запрещается:

- заниматься на территории ДЮСШ самостоятельной подготовкой;
- заходить в спортивный зал во время уборки;
- выходить на лед во время проведения работ по уборке/заливке льда;
- использовать неисправный спортивный инвентарь и оборудование;

- использовать спортивный инвентарь и оборудование не по прямому назначению;
- проносить в спортивный зал и на ледовую арену предметы, не относящиеся к спортивному снаряжению;
- применять физическую силу по отношению к окружающим;
- жевать, принимать пищу во время занятий;
- самостоятельно заниматься заточкой коньков.

#### 4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

##### 4.1. Обучающийся обязан:

- при ухудшении самочувствия или получении травмы немедленно прекратить занятия и сообщить об этом тренеру, тренеру-преподавателю;
- сообщать об ухудшении самочувствия или о полученных травмах других обучающихся тренеру, тренеру-преподавателю;
- при обнаружении задымления, возгорания, возникновении ситуаций, которые могут привести к аварии или несчастному случаю, немедленно сообщить об этом тренеру, тренеру-преподавателю и (или) руководителю ДЮСШ (Лагеря). При необходимости эвакуации четко выполнять указания тренера, тренера-преподавателя и руководителя ДЮСШ (Лагеря).

#### 5. Требования безопасности по окончании занятий

##### 5.1. Обучающийся обязан:

- выход из спортивного зала и с ледовой арены осуществлять только с разрешения тренера, тренера-преподавателя;
- снять спортивную экипировку;
- принять душ или тщательно вымыть руки и лицо с мылом;
- привести в порядок спортивный инвентарь и экипировку, проверить их на предмет повреждений и убрать в отведенное для хранения место/забрать с собой;
- обо всех заслуживающих внимания проблемах, отмеченных во время занятий, сообщить тренеру, тренеру-преподавателю.

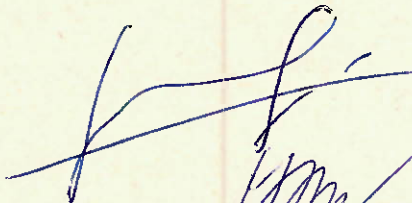
Директор ДЮСШ «Армия СКА»



А.В. Симонов

Согласовано:

Финансовый директор



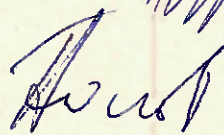
Д.В. Константинов

Директор по правовым вопросам



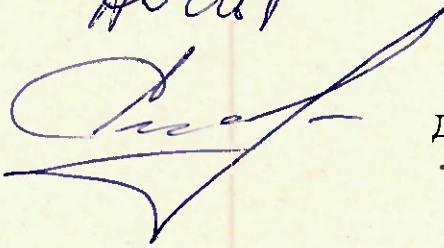
М.В. Тур

Заместитель генерального директора



А.Н. Попов

Руководитель Центра развития  
детско-юношеского хоккея



Д.В. Ежов