

«УТВЕРЖДАЮ»
Заместитель генерального директора –
Управляющий спортивным комплексом
ООО «Хоккейный клуб СКА»
И.В. Ерлыков
«18» сентября 2018 г.



Инструкция по технике безопасности для посетителей тренировочных занятий по фигурному катанию в Академии фигурного катания «Ангелы Плющенко» в Спортивном комплексе «Хоккейный город»

Настоящая Инструкция по технике безопасности (далее - Инструкция) распространяет свое действие на Посетителей тренировочных занятий по фигурному катанию в Академии фигурного катания «Ангелы Плющенко» (далее – спортивные занятия/занятия/тренировки) в Спортивном комплексе «Хоккейный город», расположенном по адресу: Санкт-Петербург, Российский пр., д.6, стр.1.

1. Общие положения

1.1. К спортивным занятиям допускаются Посетители, прошедшие инструктаж по технике безопасности и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. К спортивным занятиям допускаются Посетители в спортивной форме, соответствующей требованиям, утвержденным ООО «Хоккейный клуб СКА» (далее – Клуб). Спортивная форма должна соответствовать полу, росту, размерам Посетителя, характеру и условиям проводимых занятий.

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

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

1.4. Основные виды травм и состояния организма, которые могут возникнуть на ледовой арене во время занятий фигурным катанием:

- травмирование мышц вследствие проведения тренировок, соревнований и других мероприятий без разминки;
- травмы при проведении тренировок, соревнований и других мероприятий с использованием неисправного спортивного и иного инвентаря, оборудования;
- травмы, полученные в результате падения на ледовой арене;
- порезы лезвиями коньков;
- травмы, полученные при преднамеренном и непреднамеренном столкновении Посетителей;

- обморожение или переохлаждение вследствие длительного пребывания на льду.

1.5. Дополнительные виды травм и состояния организма, которые могут возникнуть у Посетителей:

- травмы, полученные вследствие личной неосторожности;
- травмы, полученные от других Посетителей;
- поражение электрическим током при прикосновении к токоведущим частям с нарушенной изоляцией или заземлением;
- снижение работоспособности и ухудшение общего самочувствия ввиду переутомления в связи с чрезмерными физическими/спортивными нагрузками.

1.6. Посетители обязаны:

- соблюдать утвержденные Правила поведения и требования Инструкции;

- соблюдать расписание занятий (в том числе режимы тренировки и отдыха), правила личной гигиены;
- соблюдать осторожность при нахождении на территории Спортивного комплекса, выполнять требования знаков безопасности;
- выполнять распоряжения тренеров;
- использовать спортивную форму (одежду и обувь), спортивный и иной инвентарь, соответствующий требованиям Клуба;
- соблюдать требования пожарной безопасности (запрещается пользоваться открытым огнем в помещениях Спортивного комплекса);
- сообщать тренерам о поломке или неисправности спортивного и иного инвентаря, оборудования, а также имущества Спортивного комплекса «Хоккейный город»;
- сообщать персоналу о рассыпанных (пролитых) веществах, разбитой стеклянной таре и т.п.;
- немедленно извещать тренера 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 Инструкции, несут ответственность в установленном законом порядке, в зависимости от последствий, вызванных нарушением.

2. Требования безопасности перед началом занятий

2.1. Посетитель обязан:

- снять предметы, представляющие опасность во время занятий (часы, цепочки и т.п.);
- для занятий в универсальном зале переодеться в спортивную форму в раздевалке;
- до входа на ледовую арену визуально проверить качество заточки коньков, надеть всю необходимую спортивную форму;
- визуально проверить исправность используемого спортивного и иного инвентаря;
- вход в универсальный зал и на ледовую арену осуществлять только с разрешения тренера.

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Посетитель обязан:

- четко выполнять все требования и распоряжения тренера;
- под руководством тренера принять участие в предварительной разминке;
- прерывать занятия, отлучаться из универсального зала и с ледовой арены только с разрешения тренера;
- осуществлять тренировочный процесс, использовать спортивный и иной инвентарь, оборудование только под руководством тренера;
- начинать и заканчивать тренировку по сигналу (команде) тренера;
- избегать столкновений с другими Посетителями, не допускать толчков и ударов.

3.2. Посетителю запрещается:

- заниматься на территории Спортивного комплекса самостоятельной подготовкой;
- заходить в универсальный зал во время уборки;
- выходить на лед во время проведения работ по уборке/заливке льда;
- использовать неисправный спортивный и иной инвентарь, оборудование;
- использовать спортивный и иной инвентарь, оборудование не по прямому назначению;
- проносить в универсальный зал и на ледовую арену предметы, не относящиеся к спортивным занятиям;
- применять физическую силу по отношению к окружающим;
- жевать жевательную резинку, принимать пищу во время занятий;
- самостоятельно заниматься заточкой коньков.

4. Требования безопасности по окончании занятий

4.1. Посетитель обязан:

- выход из универсального зала и с ледовой арены осуществлять только с разрешения тренера;
- снять спортивную форму;
- тщательно вымыть руки и лицо с мылом;
- привести в порядок спортивную форму, спортивный и иной инвентарь, оборудование, проверить их на предмет повреждений;
- обо всех заслуживающих внимания проблемах, отмеченных во время занятий, сообщить тренеру.


5. Требования безопасности в аварийных ситуациях

5.1. Посетитель обязан:

- при ухудшении самочувствия или получении травмы немедленно прекратить занятия и сообщить об этом тренеру;
- сообщать тренеру об ухудшении самочувствия или полученных травмах других Посетителей;
- при обнаружении задымления, возгорания, возникновении ситуаций, которые могут привести к аварии или несчастному случаю, немедленно сообщить об этом тренеру. При необходимости эвакуации четко выполнять указания тренера.

Согласовано:

Главный тренер по фигурному катанию на коньках

 /Петрова Е.В.

«18» сентября 2018 г.