**ПРИНЯТО УТВЕРЖДАЮ**

**Тренерским советом Директор МАУДО «ДЮСШ»**

**Протокол № \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Н.В.Румянцева**

**от «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_ 2015 г. «\_\_\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2015 г.**

**ИНСТРУКЦИЯ № ТБу-12**

 **по технике безопасности для обучающихся**

**на занятиях хоккеем.**

**1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ.**

 1.1 К занятиям на льду хоккейного корта допускаются лица, прошедшие инструктаж по

технике безопасности, медицинский осмотр и допущенные к занятиям  по состоянию здоровья.

1.2 При проведении занятий по хоккею возможно действие на обучающихся следующих опасных факторов:

-травмы при применении силовых приемов,

-обморожение или переохлаждение,

-потертости от коньков, травмы при падении на льду,

-травмы при выполнении упражнений без разминки,

-травмы при попадании шайбы, ударе клюшкой, коньками в незащищенные места.

1.3 При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание

учебных занятий, установленные режимы занятий  и отдыха.

1.4. В наличии должна быть  медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными материалами  для оказания первой доврачебной помощи.

1.5. Занятия на льду открытого хоккейного корта проводятся при температуре воздуха не ниже -25°С (без ветра) и не ниже -20°С (с ветром).

1.6. Запрещается выходить на лед без задания тренера-преподавателя.

1.7. Обучающиеся,  допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции

по технике безопасности, привлекаются к ответственности и  немедленно отстраняются от занятий  до повторного прохождения инструктажа, а со всеми обучающимися проводится

внеплановый инструктаж по охране труда и технике безопасности.

**2. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПЕРЕД НАЧАЛОМ ЗАНЯТИЙ.**

 2.1. Тщательно проверить личный спортивный инвентарь (коньки, защитная форма).

2.2. Проверить заточку коньков, при необходимости заточить коньки до начала занятий.

2.3. Использовать вид спортивной формы в зависимости от погодных условий.

2.4  Проверить место занятий и качество льда. На льду не должно быть посторонних лиц и предметов, которые могут стать причиной травмы. За воротами и в 10м от них не должны находиться посторонние лица.

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

**3. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ.**

 3.1. Соблюдать дисциплину, строго выполнять все требования и указания тренера-

преподавателя. Без разрешения тренера-преподавателя запрещается уходить с ледового поля, выполнять упражнения, включая виды упражнений, не требующих страховки.

3.4 Провести разминку

3.5 При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.6 Во время занятий запрещается жевать и употреблять пищу.

3.7 Неукоснительно соблюдать правила игры при проведении силовых приемов.

3.8. Не кататься на тесных или свободных коньках

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

**4. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.**

 4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру,  администрации учреждения. Занятия продолжать только после исправления неисправности или замены спортивного инвентаря.

4.2 При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

4.3 При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение. О каждом несчастном случае, травме тренер обязан немедленно сообщить администрации ДЮСШ

 4.4. При исключительно неблагоприятных погодных условиях, и в случае иных непредвиденных форс-мажорных обстоятельств, угрожающих безопасности занимающихся, тренер-преподаватель отменяет занятия, срочно эвакуирует обучающихся из опасной зоны, сообщает о случившемся в МЧС.

**5. ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ.**

 5.1  Снять хоккейную форму.

5.2  Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5.3. Проверить исправность формы, спортивного инвентаря и оборудования, коньки зачехлить. Убрать спортивный инвентарь и форму в отведенное для хранения место.

Инструкцию разработал инструктор-методист \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_(Софина О.Ю.)