

Утверждено приказом
от 2.11.23 № 57/0

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГАУ НСО
«Дирекция спортивных мероприятий»
С.А. Буньков
2023г.



ИНСТРУКЦИЯ ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ ПОТРЕБИТЕЛЕЙ ФИЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫХ УСЛУГ НА СПОРТИВНОМ КОМПЛЕКСЕ ЛЕДОВАЯ АРЕНА «РОДНИК» (Тюленина, 10)

Настоящая инструкция устанавливает порядок обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочных и физкультурно-оздоровительных занятий и спортивных соревнований инструкторов по спорту, тренеров – преподавателей, руководителей коллективов и посетителей, получающих услуги.

Основной задачей обеспечения безопасности при проведении учебно-тренировочных и физкультурно-оздоровительных занятий и спортивных соревнований является предупреждение, выявление и пресечение правонарушений в местах их проведения. Обеспечение безопасности при проведении учебно-тренировочных и физкультурно-оздоровительных занятий и спортивных соревнований осуществляется инструкторами по спорту, тренерами – преподавателями, руководителями коллективов, посетителей получающих услуги.

Знание и выполнение требований настоящей инструкции является для инструкторов по спорту, тренеров – преподавателей, руководителей коллективов и посетителей получающих услуги обязанностью, а их нарушение влечет за собой виды ответственности, в соответствии с законодательством РФ.

ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ НА ЛЕДОВОЙ АРЕНЕ

Каждый посетитель ледовой арены «Родник» (далее – ледовая арена) обязан ознакомиться и соблюдать правила техники безопасности и поведения на ледовой арене. Посетитель должен осознавать, что ледовая арена является объектом повышенной травмоопасности, и ответственность за любые действия/бездействия, выполняемые посетителем, посетитель несет самостоятельно. Администрация ледовой арены не несет ответственности за травмы, полученные посетителями во время пребывания на ледовой арене.

[Введите текст]
Исп.Шуклина Л.А.

К самостоятельному посещению ледовой арены допускаются лица, достигшие возраста 10 лет. Минимальный возраст посетителя ледовой арены - 3 года.

Дети до 10 лет могут быть допущены к посещению ледовой арены только с сопровождением совершеннолетних лиц, несущих ответственность за действия детей, их жизнь и здоровье. Лицо, достигшее 18-ти летнего возраста вправе одновременно сопровождать не более 4 детей. В случае неверных действий ребенка, нарушений им правил техники безопасности и положений устного инструктажа, приведших к чрезвычайному происшествию и нанесших ущерб имуществу, здоровью самого ребенка или окружающих его лиц, включая посетителей, ответственность за последствия чрезвычайного происшествия несет сопровождающий ребенка.

ПРАВИЛА:

- Вход на ледовую арену разрешен только после заливки льда и по разрешению тренера или инструктора по спорту.
- Посетитель обязан выполнять все указания инструкторов и тренеров.
- Перед посещением ледовой арены необходимо ознакомиться с правилами техники безопасности, а также прослушать устный краткий инструктаж.
- Посещение ледовой арены разрешено исключительно на коньках, без элементов одежды, которые могут зацепиться за детали спортивных конструкций или травмировать других посетителей ледовой арены (пряжки, клипсы, массивные молнии и т.п.).
- Надевать коньки необходимо в специально отведенной зоне с резиновым покрытием.
- Выходить на ледовую арену необходимо аккуратно, держась за борт.
- Посетители, плохо стоящие на коньках, обязаны находиться у бортика, держась одной рукой за его выступ и использовать специальные подставки.
- Движение по льду осуществляется по кругу против часовой стрелки.
- Во время движения необходимо выдерживать скорость и дистанцию таким образом, чтобы в экстренном случае избежать столкновения с другими посетителями.
- Дети, родители с детьми катаются в середине круга также против часовой стрелки.
- В случае падения необходимо стараться как можно быстрее подняться во избежание наезда другими посетителями, не лежать на льду. В случае отсутствия возможности подняться самостоятельно, привлечь внимание инструктора.
- При появлении болевых ощущений или плохом самочувствии, в том числе во время занятий, посетитель обязан прекратить занятие и сообщить инструктору.
- По сигналу оповещения об окончании сеанса необходимо покинуть ледовую арену.

- При выходе с ледовой арены необходимо держаться одной рукой за выступ борта.
- При возникновении несчастных случаев свидетель или участник происшествия обязан сообщить об этом обслуживающему персоналу ледовой арены.
- Покупка билета на посещение ледовой арены означает согласие с условиями Правил по технике безопасности.

ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

- Находиться на ледовой арене в состоянии алкогольного, наркотического опьянения и иного подобного состояния. Посетители в подобном состоянии на ледовую арену не допускаются.
- Проносить на ледовую арену верхнюю одежду, напитки, еду.
- Употреблять пищу или напитки на ледовой арене.
- Курить, мусорить, выносить на ледовую арену тяжелые и/или крупногабаритные предметы.
- Выходить на ледовую арену в обуви, с санками, самокатами, роликами и другими подобными предметами или без коньков.
- Находиться на ледовой арене в период заливки льда.
- Использовать для катания беговые коньки (ножи).
- Создавать опасные ситуации на катке: прыгать, толкаться, кататься «паровозиком» или против установленного направления движения, кататься на высокой скорости, играть в догонялки, салочки и другие игры, создающие помехи комфортному и безопасному пребыванию посетителей ледовой арены.
- Находиться в центре ледовой арены, где катаются дети и родители с детьми.
- Долбить или ковырять лед коньками или иными предметами, бросать предметы, поливать любыми жидкостями, сыпать какие-либо вещества на ледовую арену.
- Выбрасывать на ледовую арену и трибуны различные предметы.
- Держать на руках детей во время катания.
- Кататься с рюкзаками и/или сумками, использовать музыкальные наушники, затрудняющие слышимость указаний персонала и инструктора, звукового оповещателя.
- Пользоваться мобильными телефонами, фото- и видеоаппаратурой во время катания.
- Находиться на коньках без защитного чехла на лезвии вне зоны ледовой арены и спец. зоны для переобувания коньков. Проходить в коньках в места, не защищенные специальным покрытием.
- Умышленно мешать кататься другим посетителям.
- Организовывать коллективные профессиональные или любительские тренировки во время посещения ледовой арены в период массовых катаний на коньках.

- Давать частные уроки фигурного катания, хоккея и др. видов спорта во время массового катания без предварительного согласования с администрацией ледовой арены.
 - Выполнять на льду профессиональные элементы катания при плотном скоплении людей.
 - Выходить на лед с клюшками, шайбами, мячами во время массового катания.
 - Находиться во время массового катания на трибунах, в технологической зоне, служебных проходах и коридорах.
 - Сидеть на бортах ледовой арены, повреждать их, ударяя ногами или какими-либо предметами.
 - Выносить коньки и инвентарь, полученные на прокат, за пределы ледовой арены и спец. зоны для переобувания.
 - Посещение ледовой арены запрещается лицам, имеющим противопоказания к занятиям спортом: сердечно-сосудистые заболевания, травмы, хирургические заболевания, нервно-психологические заболевания, особенности физического развития, лицам, находящимся на реабилитационном периоде после операций, беременным женщинам.
- Посетителям, нарушившим правила посещения ледовой арены или правила техники безопасности, администрация вправе отказать в предоставлении услуг ледовой арены, отстранить от занятий без возврата стоимости входного билета.

Общие требования безопасности в зале аэробики

1. К занятиям в зале аэробики допускаются дети дошкольного возраста и учащиеся с 1 -го класса, прошедшие инструктаж по мерам безопасности, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
2. При проведении занятий в зале аэробики необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.
3. При проведении занятий по гимнастике возможно воздействие следующих опасных факторов:
 - травмы при выполнении упражнений на неисправных спортивных снарядах, а также при выполнении упражнений без страховки;
 - травмы при выполнении гимнастических упражнений без использования гимнастических матов;
4. В зале аэробики должна быть кнопка экстренного вызова медицинского персонала, для оказания первой помощи при травмах.
5. При проведении занятий в зале аэробики необходимо соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.
6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру, который сообщает об этом администрации спортивного комплекса. При неисправности спортивного

оборудования необходимо прекратить занятия и сообщить об этом администратору.

7. В процессе занятий занимающиеся должны соблюдать порядок выполнения упражнений и правила личной гигиены.

8. Занимающиеся, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по мерам безопасности, привлекаются к ответственности, и со всеми проводится внеплановый инструктаж по мерам безопасности.

Требования безопасности в экстремальных ситуациях

1. При появлении во время занятий боли в руках, покраснений кожи или потертостей на ладонях, а также при плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю (тренеру).

2. При возникновении пожара в спортивном зале аэробики немедленно прекратить занятия, эвакуировать обучающихся из спортивного зала, сообщить о пожаре администрации спортивного комплекса и в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения,

3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации спортивного комплекса, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

Требования безопасности по окончании занятий

1. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

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

Настоящие правила обязательны для соблюдения всеми посетителями спортивных объектов.