



KWALIFICATIESTRUCTUUR SPORT 2012

IJSHOCKEYTRAINER/COACH 1 (Teambegeleider)

1.8.2. VEILIGHEID

NOODSITUATIES EN EERSTE HULP

De teambegeleider/sportleider zou normaal gesproken als één van de eerste personen ter plaatse van het ongeval moeten zijn en moet voorbereid zijn op noodsituaties en ook de gevaren van mogelijke noodsituaties kunnen inschatten. Daarnaast is het in Nederland zo geregeld, dat de organisator van evenementen verantwoordelijk is voor de eerste hulp bij ongevallen. Oftewel de organiserende vereniging is verantwoordelijk voor een goede eerste hulpvoorziening bij trainingen, wedstrijden en andere activiteiten.

LET OP!

Ook u als teambegeleider/sportleider kan aansprakelijk worden gesteld bij een ongeval. Het is dus ook voor uzelf belangrijk dat u zich dit realiseert en dat de eerste hulp (bij ongevallen) goed is geregeld.

VEILIGHEID

De veiligheid gaat verder dan alleen de trainingen en wedstrijden. Als vereniging moet u zorgen dat de leden veilig kunnen deelnemen aan alle activiteiten. De accommodaties die u continue gebruikt controleert u aan het begin van het seizoen en voor elke training. Niet alleen het speelgebied (ijsoppervlak, sporthal, sportveld), maar ook de looppaden, kleedruimtes et cetera om er zeker van te zijn dat er geen potentieel gevaarlijke situaties zijn. Er mogen geen scherpe punten of delen met scherpe randen zijn, waar iemand zich (per ongeluk) aan kan verwonden. Geen hoge stellages, die zouden kunnen omvallen. Laat de spelers niet met een puck schieten buiten het ijs, tenzij dit op een speciale "schietbaan" is. Maar ook voor andere zaken zoals het transport moet u de veiligheid waarborgen. Niet met teveel personen in een auto. Rij alcoholvrij, ook als u net een hele belangrijke winst heeft gevierd. Met alles wat u met het team doet, moet u erop letten dat er geen risico's zijn of kans op ongevallen.

Speelruimte (ijsoppervlak)

- Het ijsoppervlak moet vrij zijn van afval, gevaarlijke rotzooi of kale plekken.
- Geen scheuren, scherpe delen of scherpe randen in de boarding, glas of scherm.
- Wanneer het doel is verwijderd uit de gaten, moet er gezorgd worden dat er geen pluggen uitsteken uit het ijs.
- Controleer het gebied rondom de spelersbank om ervoor te zorgen dat er geen plaksel op de vloer ligt die misschien op de bladen van spelers blijven vastzitten (bijvoorbeeld tape) en dat de spelersbank en het looppad zand- en vuilvrij zijn, zodat de kans op beschadiging van de ijzers van de schaatsen wordt verkleind.
- Het gehele verlichtingssysteem van de ijsbaan (over het ijsoppervlak) moet worden ingeschakeld. Train bij voorkeur in soortgelijke lichtomstandigheden als tijdens wedstrijden. Te weinig licht, of donkere plekken zijn met name gevaarlijk voor goalies, die daardoor de puck minder goed kunnen zien aankomen.
- Zorg ervoor dat alle deuren correct zijn gesloten. Leer de spelers dat de laatste die het ijs opgaat altijd de boardingdeur sluit.
- Doe een warming up of andere oefeningen op een vlakke ondergrond. Gaten en oneffenheden kunnen enkel- en of knieblessures veroorzaken.

Veiligheid op het ijs

- Laat spelers leren hoe ze moeten vallen.
- Zorg ervoor dat spelers tenminste 1 meter van de boarding stoppen bij het uitvoeren van oefeningen of vaardigheden.
- Zorg ervoor dat er te allen tijde goed passende en beschermende uitrusting wordt gedragen. Afhankelijk van de leeftijd moeten de spelers in ieder geval altijd handschoenen aan en een helm op.
- Als voorbeeld en natuurlijk voor zijn/haar veiligheid zouden ook de teambegeleiders/sportleiders op het ijs handschoenen en een helm moeten dragen.
- Sta geen zogenoemd "paardenspel" toe (speler op de rug zitten van de ander) bij jonge kinderen.
- Zorg ervoor dat schietoefeningen worden uitgevoerd op een zo veilig mogelijke manier.
- Geen vreemde of scherpe materialen op het ijs.
- Alle deuren rondom het ijsoppervlak moeten gesloten zijn, voordat de spelers beginnen met elke willekeurige oefening.

Spelers

- Zorg ervoor dat de spelers een volledige beschermende uitrusting aan hebben, met inbegrip van goedgekeurde helm en gezichtsmasker, tijdens alle wedstrijden en trainingen. Sta niet toe dat spelers even zonder helm het ijs op gaan.
- Spelers die verplicht gezichtsmaskers moeten dragen tijdens de competitie, moeten ook worden verplicht om dit tijdens de training te dragen.
- Bereid de spelers voor op de training en/of wedstrijd met een goede stretch en opwarmroutine.
- Voorkom gevaarlijke oefeningen en situaties in een training (bijvoorbeeld spelers achter de goal tijdens schietoefeningen).

Materiaal

- Het belangrijkste is een goede pasvorm en een goede kwaliteit, anders geeft het materiaal minder goede bescherming.
- Het uitrustingsstuk moet het gehele gebied afdekken, dat het zou moeten beschermen.
- Wanneer de speler compleet is aangekleed, moeten het gehele lichaam adequate beschermd zijn.
- De helm moet goed passen. Als de helm te los zit, kan deze worden verschoven en als deze te krap is, kan het ongemak veroorzaken.
- De schroeven in de helm moeten goed zijn aangebracht en goed zijn aangedraaid.
- Het gezichtsmasker moet een goede en volledige gezichtsbescherming geven. Alleen gecertificeerde helmen en gezichtsmaskers mogen worden gedragen.
- De vulling van de ijshockeybroek moet de nieren, heupen, voorkant, dijen en staartbeen volledig en goed beschermen.
- De tok moet goed geplaatst zijn en van de juiste grootte voor de speler.