


Государственное автономное образовательное учреждение  
«Республиканский олимпиадный центр»

«Согласовано»

Председатель профкома

 С.К.Губеева

«Утверждаю»

Директор ГАОУ «РОЦ»

 Г.И.Исламова



**ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА  
ПРИ РАБОТЕ В ТРЕНАЖЕРНОМ ЗАЛЕ**

**ИОТ № 023-19**

**г. Казань.**

**Государственное автономное образовательное учреждение  
«Республиканский олимпиадный центр»**

**Инструкция по охране труда  
при работе в тренажерном зале**

**ИОТ № 023-19**

**1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА**

Действие настоящей инструкции распространяется на всех работников образовательного учреждения, которые проводят занятия с учащимися в тренажерном зале (учителей, педагогов дополнительного образования, инструкторов физкультуры и т.д.).

***1.1.К самостоятельной работе в тренажерном зале допускаются лица:***

- не моложе 18 лет, прошедшие обязательный периодический медицинский осмотр и не имеющие медицинских противопоказаний для работы в тренажерном зале;
- имеющие, как правило, специальное образование или соответствующий опыт работы;
- прошедшие вводный инструктаж и инструктаж на рабочем месте;
- ознакомленные с инструкциями по эксплуатации тренажеров, спортивного оборудования и приспособлений.

1.2.Работающий в тренажерном зале обязан соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка и режим работы школы. График работы в тренажерном зале определяется расписанием занятий, согласованный методистами и утвержденным директором.

***1.3.Опасными факторами при работе в тренажерном зале являются:***

- **физические** (тренажеры, спортивное оборудование и инвентарь; опасное напряжение в электрической сети; система вентиляции; статические и динамические перегрузки);
- **химические** (пыль).

1.4.Обо всех неисправностях электропроводки, спортивного оборудования и инвентаря, сантехнического оборудования, системы вентиляции, мебели и целостности оконных стекол работающий в тренажерном зале обязан немедленно проинформировать инженера по охране труда и заместителя начальника по АХР, а в случае их отсутствия – дежурного администратора и сделать запись в тетради заявок.

1.5.Для обеспечения пожаробезопасности в легкодоступном месте должен находиться исправный огнетушитель.

1.6.Для оказания доврачебной помощи в легкодоступном месте должна находиться аптечка.

1.7.В тренажерном зале на видном месте должна быть вывешена инструкция по технике безопасности для учащихся.

1.8.В начале каждой профильной смены или УТС необходимо провести с учащимися инструктаж по технике безопасности с записью в соответствующем журнале.



1.9. Перед переходом к занятиям на новых видах тренажеров, с использованием новых видов спортивного оборудования (инвентаря) и выполнением новых упражнений необходимо провести с учащимися инструктаж по технике безопасности с записью в соответствующем журнале.

1.10. В случае травмирования учащихся работающих в тренажерном зале обязан немедленно проинформировать о случившемся дежурного администратора и дежурную медицинскую сестру. При необходимости оказать доврачебную помощь.

1.11. В случае нарушения кем-либо из учащихся техники безопасности со всеми учащимися необходимо провести внеплановый инструктаж по технике безопасности с его регистрацией в соответствующем журнале.

1.12. Все окна тренажерного зала либо должны быть незарешечены, либо иметь распашные решетки, ключи от которых хранятся в легкодоступном месте.

1.13. За виновное нарушение данной инструкции работающий в тренажерном зале несет персональную ответственность в соответствии с действующим законодательством.

## **2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ**

2.1. Проверить (визуально) исправность электропроводки, тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря, сантехнического оборудования, системы вентиляции, мебели; целостность оконных стекол.

2.2. Проверить правильность установки тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря, произвести необходимые изменения в целях исключения травмоопасности.

2.3. Не допускать до занятий учащихся до момента предоставления ими медицинской заключения о возможности повышенных физических нагрузок.

2.4. Проверить наличие необходимой спортивной одежды и обуви у учащихся.

2.5. В случае обнаружения неисправности тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря работающий в тренажерном зале обязан немедленно поставить в известность заместителя начальника по АХР, а при его отсутствии – дежурного администратора и сделать соответствующую запись в тетради заявок.

2.6. Запретить учащимся приступать к занятиям в случае обнаружения несоответствия тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря установленным в данном разделе требованиям, а также при невозможности выполнить указанные в данном разделе подготовительные к работе действия.

2.7. Не допускать до занятий учащихся, одежда и (или) обувь которых не соответствуют требованиям безопасности при проведении конкретного вида деятельности в тренажерном зале, а также учащихся, имеющих медицинские противопоказания.

## **3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ**

3.1. Во время работы необходимо соблюдать настоящую инструкцию, правила эксплуатации тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря, электроосвещения. Строго соблюдать рекомендации врача по дозировке



физической нагрузки для учащихся.

### **3.2.Работающий в спортивном зале обязан обеспечить:**

- поддержание порядка и чистоты в тренажерном зале;
- перед выполнением упражнений на тренажерах с большими нагрузками провести дополнительный инструктаж учащихся по технике безопасности;
- соблюдение учащимися требований соответствующих инструкций по технике безопасности при выполнении упражнений на конкретных тренажерах, с использованием спортивного оборудования;
- соблюдение требований (СанПиН 2.4.2.1178-02) в тренажерном зале.

### **3.3.Во время работы запрещается:**

- использовать тренажеры, спортивное оборудование и инвентарь в качестве подставок под предметы;
- допускать скопление неиспользуемого спортивного оборудования и инвентаря в тренажерном зале;
- производить самостоятельно ремонт тренажеров, спортивного оборудования и приспособлений;
- оставлять учащихся без присмотра.

3.4. После завершения учащимися физических упражнений обеспечить приведение тренажеров, спортивного инвентаря и оборудования в безопасное состояние.

3.5.Использование ионизаторов допускается только во время перерывов в работе и при отсутствии людей и помещении.

3.6.При открывании окон необходимо проследить за отсутствием сквозняков, могущих повлечь разбитие стекол.

## **4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**

4.1.В случае возникновения аварийных ситуаций (замыкание электропроводки, прорыв водопроводных труб, задымление, появление посторонних запахов и т.п.), могущих повлечь за собой травмирование и (или) отравление учащихся, работающий в тренажерном зале обязан немедленно вывести из тренажерного зала учащихся, руководствуясь схемой эвакуации и соблюдая при этом порядок; сообщить о случившемся инженеру по охране труда и заместителю начальника по АХР, а в случае их отсутствия – дежурному администратору.

4.2.При поражении учащихся электрическим током принять меры по их освобождению от действия тока путем отключения электропитания, обратиться к медицинской сестре и, при необходимости, оказать потерпевшим доврачебную помощь.

4.3.В случае наличия пострадавших среди учащихся работающий в тренажерном зале обязан обратиться к дежурной медицинской сестре, а при необходимости – оказать доврачебную помощь.

4.4.В случае возгорания отключить питание, сообщить в пожарную охрану и непосредственному руководителю, после чего приступить к тушению пожара имеющимися средствами.

## **5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ**

5.1.После окончания работы работающий в тренажерном зале обязан:

- привести тренажеры, спортивное оборудование и приспособления в исходное состояние;
- убрать используемый спортивный инвентарь в специальные места, предназначенные для его хранения;
- организованно вывести учащихся из зала.

5.2. Отключить освещение, перекрыть краны, закрыть окна.

5.3. При обнаружении неисправности мебели, тренажеров, спортивного оборудования, системы вентиляции, нарушения целостности окон проинформировать об этом заместителя начальника по АХР, а при его отсутствии – дежурного администратора и сделать запись в тетради заявок.

Составил: Инженер по ГО и ТБ



И.М.Нургалиев