

**краевое государственное казенное учреждение для детей-сирот  
и детей, оставшихся без попечения родителей  
«Ачинский детский дом № 1»**

СОГЛАСОВАНО  
Представитель трудового  
коллектива КГКУ «Ачинский детский дом №1»  
\_\_\_\_\_ С.В. Гладиллин  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор КГКУ «Ачинский детский дом №1»  
\_\_\_\_\_ В.А. Антропова  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

**ИНСТРУКЦИЯ  
по охране труда**

***Требования безопасности при проведении занятий в тренажерном зале***

(наименование профессии, должности или вида работ)

**ИОТр-07/2 - 2017**

**1. Общие требования охраны труда в тренажерном зале**

1.1. Настоящая инструкция по охране труда в тренажерном зале распространяется на всех инструкторов физической культуры, педагогов дополнительного образования, воспитателей (далее по тексту - педагог), которые проводят занятия с воспитанниками в тренажерном зале КГКУ «Ачинский детский дом №1» (далее по тексту – учреждение).

1.2. К самостоятельной работе в тренажерном зале допускаются лица, которые ознакомились с инструкцией по охране труда в тренажерном зале, прошли необходимый вводный инструктаж по технике безопасности и инструктаж на рабочем месте, а также:

- достигли возраста 18 лет, имеют обязательный периодический медицинский осмотр при отсутствии каких-либо медицинских противопоказаний для самостоятельной работы в тренажерном зале;

- получили, как правило, высшее или средне специальное образование или имеют соответствующий опыт работы в образовательном учреждении;

- ознакомлены со всеми инструкциями по эксплуатации тренажеров, спортивного оборудования и необходимых приспособлений.

1.3. При проведении занятий в тренажерном зале, необходимо выполнять:

- требования личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место;
- правила внутреннего трудового распорядка;
- знать и выполнять свою должностную инструкцию;
- соблюдать Устав учреждения, Коллективный договор, трудовой договор;
- соблюдать установленные режимы труда и отдыха (согласно графику занятий);
- обеспечивать безопасность жизни и здоровья детей во время занятий;
- соблюдать порядок и не загромождать рабочее место, пути эвакуации посторонними предметами.

1.4. Вредными и опасными факторами при проведении занятий в тренажерном зале являются:

- физические факторы, такие как - тренажеры, спортивное оборудование и инвентарь; высокое напряжение в электрической сети; система вентиляции;

- повышенные статические и динамические нагрузки;

- химические факторы, такие как повышенное загрязнение воздуха в помещении пылью.

1.5. Обо всех выявленных неисправностях на рабочем месте педагог, работающий в тренажерном зале, обязан незамедлительно информировать заместителя директора по АХР, а в случае его отсутствия на рабочем месте - директора учреждения или дежурного администратора.

1.5.1. К таким неисправностям относятся:

- различные неисправности в электропроводке;
- неисправности спортивного оборудования и инвентаря;

- неисправности сантехнического оборудования.

При выявлении данных неисправностей необходимо обязательно внести соответствующую запись в журнал заявок учреждения.

1.6. Для обеспечения пожарной безопасности в строго определенном и легкодоступном месте тренажерного зала должен находиться исправный огнетушитель.

1.7. В тренажерном зале на видном месте должна быть размещена инструкция по технике безопасности, предназначенная для воспитанников.

1.8. Два раза в году необходимо проводить со всеми воспитанниками вводный инструктаж по технике безопасности с обязательной записью в журнале регистрации инструктажей.

1.9. Перед началом проведения занятий на новых типах тренажеров, с использованием новых видов спортивного оборудования (инвентаря) и выполнением новых физических упражнений, необходимо провести со всеми воспитанниками новый инструктаж по технике безопасности с обязательной записью в соответствующем журнале.

1.10. Для оказания неотложной доврачебной помощи в строго определенном и легкодоступном месте тренажерного зала должна находиться медицинская аптечка, полностью укомплектованная всеми необходимыми медикаментами и перевязочными средствами, срок годности которой в тренажерном зале должен регулярно проверяться.

1.11. В случае получения травмы кем-либо из воспитанников педагог, работающий в тренажерном зале, обязан срочно сообщить о случившемся дежурному администратору и медицинскому работнику. При необходимости экстренно оказать первую неотложную доврачебную помощь пострадавшим.

1.12. Все окна в тренажерном зале не должны иметь решеток.

1.13. В случае невыполнения или нарушения кем-либо из воспитанников техники безопасности, со всеми воспитанниками необходимо провести внеплановый инструктаж по технике безопасности с его обязательной регистрацией в соответствующем журнале.

1.14. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и действующим законодательством Российской Федерации, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий в тренажерном зале**

2.1. Перед началом занятий в тренажерном зале необходимо визуально проверить исправность электропроводки, тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря, сантехнического оборудования, системы вентиляции, мебели, а также целостность оконных стекол.

2.2. Необходимо проверить правильность установки тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря, провести необходимые изменения с целью исключения получения травм.

2.3. Необходимо отстранить от учебных занятий всех воспитанников в случае выявления любых несоответствий тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря установленным в данной инструкции по технике безопасности в тренажерном зале требованиям, а также при невозможности выполнить указанные в данной инструкции подготовительные к работе действия.

2.4. Отстранить от учебных занятий воспитанников до момента предоставления ими медицинской справки о возможности выполнения ими повышенных физических нагрузок.

2.5. Не допускать к учебным занятиям тех воспитанников, одежда и (или) обувь которых не соответствуют требованиям техники безопасности при проведении конкретного вида деятельности в тренажерном зале, а также воспитанников, которые имеют медицинские противопоказания.

## **3. Требования безопасности во время проведения занятий в тренажерном зале.**

3.1. Во время проведения занятий в тренажерном зале необходимо строго соблюдать настоящую инструкцию по охране труда в тренажерном зале, правила эксплуатации тренажеров, спортивного оборудования и инвентаря, электроосвещения. Также необходимо

строго соблюдать все рекомендации медицинского работника по дозировке физической нагрузки для воспитанников.

3.2. Педагог, работающий в тренажерном зале, обязан обеспечить:

- поддержание надлежащего порядка и чистоты в тренажерном зале;
- проведение дополнительного инструктажа воспитанников по технике безопасности перед выполнением физических упражнений на тренажерах с большими нагрузками;
- строгое соблюдение воспитанниками всех требований соответствующих инструкций по технике безопасности при выполнении физических упражнений на конкретных тренажерах и с использованием спортивного оборудования;
- строгое соблюдение всех требований (СанПиН 2.4.2.2821-10) в тренажерном зале.

3.3. Во время проведения занятий в тренажерном зале **ЗАПРЕЩЕНО**:

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

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

3.5. Во время открывания оконных рам необходимо следить за отсутствием сквозняков, которые могут повлечь за собой разбитие оконных стекол.

#### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях в тренажерном зале**

4.1. В случае возникновения аварийных ситуаций, которые могут повлечь за собой получение травм воспитанниками и (или) отравление воспитанниками, педагог, работающий в тренажерном зале, обязан экстренно эвакуировать из тренажерного зала всех воспитанников, руководствуясь схемой эвакуации и соблюдая при этом спокойствие и порядок. К аварийным ситуациям относятся: замыкание электропроводки, прорыв водопроводных труб, задымление, появление посторонних запахов и т.п. Затем необходимо немедленно сообщить о случившемся заместителю директора по АХР, а в случае его отсутствия на рабочем месте - дежурному администратору и директору учреждения.

4.2. В случае наличия пострадавших среди воспитанников педагог, работающий в тренажерном зале, обязан срочно обратиться за помощью к медицинскому работнику, а, при необходимости, оказать первую доврачебную помощь пострадавшим лицам.

4.3. При возникновении пожара немедленно эвакуировать детей из тренажерного, поставить в известность о пожаре в ближайшую пожарную часть по телефонам 01/101, администрацию учреждения и самостоятельно приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

4.4. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

4.5. При поражении кого-либо электрическим током, необходимо экстренно принять все возможные меры по его освобождению от действия электрического тока путем отключения электропитания, срочно обратиться за помощью к медицинскому работнику и при необходимости, оказать первую неотложную доврачебную помощь пострадавшему (в случае отсутствия у пострадавшего дыхания и пульса сделать ему искусственное дыхание или провести непрямой (закрытый) массаж сердца до восстановления дыхания и пульса), отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

#### **5. Требования охраны труда после завершения занятий в тренажерном зале**

5.1. После завершения занятий педагог, работающий в тренажерном зале, обязан:

- привести тренажеры, спортивное оборудование и приспособления в их исходное состояние;

- сложить используемый спортивный инвентарь в специально отведенные места, предназначенные для его хранения;

- организованно вывести всех воспитанников из тренажерного зала.

5.2. Проветрить зал для спортивных занятий, закрыть окна, фрамуги и выключить свет.

5.3. При выявлении любых неисправностей мебели, тренажеров, спортивного оборудования, нарушения целостности оконных стекол необходимо своевременно информировать об этом заместителя директора по АХР, а при его отсутствии на рабочем месте - дежурного администратора и внести соответствующую запись в имеющийся журнал заявок.

5.4. Закрыть кабинет на ключ, ключ сдать на вахту.

#### **6. Заключительные положения инструкции**

6.1. Проверка и пересмотр инструкции по охране труда в тренажерном зале должна осуществляться не реже одного раза в 5 лет.

6.2. Данная инструкция должна быть досрочно пересмотрена в следующих случаях:

- при пересмотре межотраслевых и отраслевых правил и типовых инструкций по охране труда и технике безопасности;

- при возникновении каких-либо изменений условий труда в конкретно взятом тренажерном зале учреждения;

- при очередном внедрении видов нового спортивного оборудования;

- по результатам анализа материалов расследования аварий и несчастных случаев на рабочем месте, а также профессиональных заболеваний;

- по предъявлению требования представителей органов по труду субъектов Российской Федерации или органов федеральной инспекции труда.

6.3. Если в течение 5 лет со дня утверждения (введения в действие) данной инструкции по технике безопасности в тренажерном зале условия труда в тренажерном зале не меняются, то ее действие автоматически продлевается на следующие 5 лет.

6.4. Ответственность за своевременное внесение изменений и дополнений, а также пересмотр данной инструкции в тренажерном зале возлагается на специалиста по охране труда учреждения.

Инструкцию разработал: \_\_\_\_\_ / Должных Е.В.