

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«НАРО-ФОМИНСКИЙ ТЕХНИКУМ»
ГБПОУ МО «Наро-Фоминский техникум»

Согласовано
На Общем собрании работников
и представителей
обучающихся ГБПОУ МО
«Наро-Фоминский техникум»
протокол № 10
от «28» 08 2018 г.



«Утверждаю»
Директор ГБПОУ МО
«Наро-Фоминский техникум»
Д.П. Клейносов
_____ 2018 г.

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении занятий в тренажерном зале

ИОТ – 062 - 18

1. Общие требования охраны труда

1.1. К занятиям в тренажерном зале допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда в объеме настоящей инструкции с регистрацией проведенного инструктажа в специальном журнале. Обучающиеся с подготовительной и специальной медицинскими группами к занятиям в тренажерном зале не допускаются.

1.2. Обучающиеся должны соблюдать правила использования тренажеров, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий в тренажерном зале возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при проведении занятий на неисправных, непрочных установленных и не закрепленных тренажерах;

- травмы при нарушении правил использования тренажеров, а также при нарушениях установленных режимов занятий и отдыха.

1.4. Занятия в тренажерном зале необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.5. Тренажерный зал должен быть оснащен медаптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.6. Обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Тренажерный зал должен быть оснащен огнетушителем, автоматической системой пожарной сигнализации и приточно-вытяжной вентиляцией.

1.7. Каждый тренажер должен быть обеспечен инструкцией по безопасности проведения занятий.

1.8. О каждом несчастном случае, с обучающимся, пострадавшим или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить преподавателю или тренеру, который сообщает о несчастном случае администрации учреждения и принимает меры по оказанию первой помощи пострадавшему.

1.9. Во время занятий в тренажерном зале обучающиеся должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

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

2. Требования охраны труда перед началом занятий

2.1. Тщательно проветрить тренажерный зал.

2.2. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.3. Проверить исправность и надежность установки и крепления всех тренажеров.

2.4. Провести целевой инструктаж обучающихся по безопасным приемам проведения занятий на тренажерах.

3. Требования охраны труда во время занятий

3.1. Начинать выполнение упражнений на тренажерах и заканчивать их только по команде (сигналу) преподавателя или тренера.

3.2. Не выполнять упражнения на неисправных, непрочном установленных и ненадежно закрепленных тренажерах.

3.3. Соблюдать дисциплину, строго выполнять правила использования тренажеров, учитывая их конструктивные особенности.

3.4. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) преподавателя или тренера, самовольно не предпринимать никаких действий.

3.5. Соблюдать установленные режимы занятий и отдыха.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении неисправности в работе тренажера или его поломке, прекратить занятия на тренажере, сообщить об этом преподавателю или тренеру. Занятия продолжать только после устранения неисправности тренажера.

4.2. При получении обучающимся травмы, немедленно сообщить об этом руководителю учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

4.3. При возникновении пожара немедленно эвакуировать обучающихся из тренажерного зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.

5. Требования охраны труда по окончании занятий

5.1. Привести в исходное положение все тренажеры, проверить их исправность.

5.2. Проверить тренажерный зал и провести влажную уборку.

5.3. Снять спортивную одежду, спортивную обувь и принять душ или тщательно вымыть лицо и руки мылом.

5.4. Проверить противопожарное состояние тренажерного зала и выключить свет.

Инструкцию разработал:

руководитель физ.воспитания

Ивет

О.Ю.Морозова

Инструкция введена в действие «*05*» *09* 2018 г.