

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА МОСКВЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ГОРОДА МОСКВЫ
«ДВОРЕЦ ТВОРЧЕСТВА ДЕТЕЙ И МОЛОДЕЖИ «ВОСТОЧНЫЙ»
(ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»)

Мотивированное мнение выборного
органа первичной профсоюзной организации
учтено (протокол от 20.08.18 № 2)

Председатель первичной профсоюзной
организации

М.А. Войлоков

УТВЕРЖДЕНО

Приказом ГБОУДО ДТДиМ «Восточный»

от 31.08.2018 № 148/21

Директор

А.А. Гурченкова

Инструкция
по охране труда при проведении занятий в тренажерном зале

ИОТ-044- 2018

1. Общие требования безопасности.

- 1.1. К занятиям в тренажерном зале допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр, инструктаж по охране труда и безопасному поведению на занятиях и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.2. К занятиям можно приступать только в присутствии педагога (инструктора).
- 1.3. Обучающиеся должны соблюдать правила использования тренажеров, установленные режимы занятий и отдыха.
- 1.4. При проведении занятий в тренажерном зале возможно воздействия на обучающихся следующих опасных факторов:
 - 1.4.1. травмы при проведении занятий на неисправных, неправильно установленных и/или не закрепленных тренажерах;
 - 1.4.2. травмы при нарушении правил использования тренажеров, а также при нарушениях установленных режимов занятий и отдыха.
- 1.5. Занятия в тренажерном зале необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой. На занятиях запрещается иметь в одежде колющие предметы (булавки, заколки и др.), необходимо снимать кольца, часы, браслеты.
- 1.6. Тренажерный зал должен быть оснащен огнетушителем, автоматической системой пожарной сигнализации, приточно-вытяжной вентиляцией, медицинской аптечкой.

1.7. Преподаватель и обучающиеся обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.8. Каждый тренажер должен быть обеспечен инструкцией по правилам его использования.

1.9. О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить преподавателю, который сообщает о несчастном случае администрации ГБОУДО ДТДиМ «Восточный» и принимает меры по оказанию первой помощи пострадавшему.

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

1.11. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по безопасному поведению, привлекаются к ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка, а со всеми обучающимися проводится внеплановый инструктаж.

2. Требования безопасности 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 тренажеров.

2.4. Провести целевой инструктаж обучающихся по безопасным приемам тренировки на тренажерах.

3. Требования безопасности во время занятий.

3.1. Начинать выполнение упражнений на тренажерах и заканчивать их только по команде преподавателя.

3.2. Не выполнять упражнения на неисправных, непрочных 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 преподавателя, самовольно не предпринимать никаких действий.

3.5. Соблюдать установленные режимы занятий и отдыха.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

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

4.2. При несчастном случае сообщить о случившемся администрации ГБОУДО ДТДиМ «Восточный» оказать первую помощь пострадавшему. При необходимости вызвать скорую помощь.

4.3. При возникновении пожара немедленно эвакуировать людей, сообщить о пожаре администрации ГБОУДО ДТДиМ «Восточный» и при возможности,

приступить к тушению возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

5. Требования безопасности по окончании занятий.


5.1. Привести в исходное положение все тренажеры, проверить их исправность, и убрать инвентарь в отведенное место.

5.2. Проветрить тренажерный зал.

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

5.4. Проверить противопожарное состояние тренажерного зала и выключить освещение.

СОГЛАСОВАНО:

Специалист по безопасности  **Войлоков М.А.**

Специалист по охране труда  **Титаренко И.М.**