

ГОУ Лицей "Вторая школа"

«Утверждаю»
Директор В.Ф. Овчинников



ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при проведении занятий
в тренажерном зале.
ИОТ-011-2012 г.

2012 г.

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда при проведении занятий
в тренажерном зале.

1. Общие требования безопасности.

- 1.1. К занятиям в тренажерном зале допускаются обучающиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.
- 1.2. Обучающиеся должны соблюдать правила использования тренажеров, установленные режимы занятий и отдыха.
- 1.3. При проведении занятий в тренажерном зале возможно воздействие на учащихся следующих опасных факторов:
- 1.4. травмы при проведении занятий на неисправных, непрочно установленных и не закрепленных тренажерах;
- 1.5. травмы при нарушении правил использования тренажеров, а также при нарушениях установленных режимов занятий и отдыха.
- 1.6. Занятия в тренажерном зале необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.
- 1.7. Тренажерный зал должен быть оснащен медаптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.
- 1.8. Учитель (преподаватель, тренер) 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.
- 1.9. Каждый тренажер должен быть обеспечен инструкцией по безопасности проведения занятий.
- 1.10. О каждом несчастном случае с обучающимся пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить учителю (преподавателю, тренеру), который сообщает о несчастном случае администрации учреждения и принимает меры по оказанию первой помощи пострадавшему.
- 1.11. Во время занятий в тренажерном зале обучающиеся должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.
- 1.12. Лица, допустившие невыполнения или нарушение инструкции по охране труда. Привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом работы.

- 2.1. Тщательно проверить 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 учащихся по безопасным приемам занятий на тренажерах.

3. Требования безопасности во время работы.

- 3.1. Начинать выполнение на тренажерах и заканчивать их только по команде (сигналу) учителя (преподавателя, тренера).
- 3.2. Не выполнять упражнения на неисправных, непрочно 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) учителя (преподавателя, тренера), самовольно не предпринимать никаких действий.
- 3.5. Соблюдать установленные режимы занятий и отдыха.

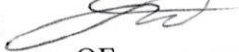
4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

- 4.1. При возникновении неисправности в работе тренажера или его поломке, прекратить занятия на тренажере, сообщить об этом учителю (преподавателю, 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 учащихся из тренажерного зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.

5. Требования безопасности по окончании работы.

- 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 руки с мылом.
- 5.4. Проверить противопожарное состояние тренажерного зала и выключить свет.

Заведующий тренажерным залом _____

Согласовано: 
Зам. директора по ОБ и инженер по ОТ Ю.Г. Трофимов