

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении занятий по физической культуре в спортивном зале для обучающихся ГБПОУ ТМК

ИОТ-О-007.8-2025

1. Общие требования охраны труда

1.1. Настоящая Инструкция разработана в соответствии с действующим законодательством по охране труда, требованиями Трудового кодекса и иными нормативными правовыми актами по охране труда.

1.2. Настоящая Инструкция устанавливает требования охраны труда перед началом, во время и по окончании работы для обучающихся при проведении занятий в спортивном зале, требования охраны труда в аварийных ситуациях, определяет безопасные методы и приемы выполнения работ.

1.3. При проведении занятий в спортивном зале обучающимся необходимо выполнять свои обязанности в соответствии с требованиями настоящей Инструкции.

1.4. К самостоятельной работе при проведении занятий в спортивном зале допускаются лица, прошедшие:

- первичный медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний для работы;
- вводный инструктаж по охране труда и пожарной безопасности.

1.5. При проведении занятий в спортивном зале, в целях соблюдения требований охраны труда обучающимся необходимо:

- знать и соблюдать требования электро- и пожаробезопасности, охраны труда и производственной санитарии;
- соблюдать правила личной гигиены;
- знать способы рациональной организации рабочего места;
- иметь четкое представление об опасных и вредных факторах, связанных с выполнением работ, знать основные способы защиты от их воздействия;
- пользоваться спортивным инвентарем и оборудованием согласно инструкции по эксплуатации;
- знать порядок действий при поломке, возгорании электроприборов, сигналы оповещения о пожаре;
- уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;
- знать месторасположение аптечки и уметь оказывать первую помощь пострадавшему;
- выполнять режим рабочего времени и времени отдыха;
- соблюдать установленные режимы труда и отдыха;
- ознакомиться со всеми предупреждающими надписями и знаками на корпусах оборудования;

- отчетливо представлять опасность электрического тока, вероятность воздействия тока при использовании конкретного устройства.

1.6. О замеченных неисправностях оборудования, устройств необходимо сообщить преподавателю или классному руководителю.

1.7. Не допускается загромождать проходы к противопожарному оборудованию.

1.8. Запрещается посещать занятия в спортивном зале, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных, токсических или других одурманивающих веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные, токсические или другие одурманивающие вещества на рабочем месте или в рабочее время.

1.9. За нарушение требований настоящей инструкции по охране труда обучающийся несет дисциплинарную, административную и материальную ответственность, а в отдельных случаях – и уголовную ответственность в порядке, установленном законодательством Российской Федерации, в зависимости от тяжести последствий.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Прибыть на занятия заблаговременно для исключения спешки и, как следствие, падения и случаев травматизма.

2.2. Визуально оценить состояние мебели, выключателей и электрооборудования.

2.3. Рационально организовать рабочее место, привести его в порядок. Убрать посторонние предметы и все, что может препятствовать безопасному проведению занятий в спортивном зале и создать дополнительную опасность.

2.4. При недостаточном освещении задействовать искусственное освещение.

2.5. Приступать к работе разрешается после выполнения подготовительных мероприятий и устранения всех недостатков и неисправностей.

2.6. Нельзя приступать к работе, если условия труда не соответствуют требованиям по охране труда или другим требованиям, регламентирующим безопасное производство работ.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Выполнять работу в соответствии со своими должностными обязанностями.

3.2. Во время занятий в спортивном зале должна выполняться только та работа, которая предусмотрена расписанием и планом занятий.

3.3. Во время занятий нужно вести себя спокойно и выдержанно, избегать конфликтных ситуаций, которые могут вызвать нервно-эмоциональное напряжение и отразиться на безопасности труда.

3.4. Во время занятий необходимо быть внимательным, не отвлекаться от выполнения своих обязанностей.

3.5. Применять необходимые для безопасной работы исправное оборудование, приспособления, приборы освещения, использовать их только для тех работ, для которых они предназначены.

3.6. Не разрешать обучающимся самовольно покидать место проведения занятия.

3.7. Не допускать работы при недостаточной освещенности рабочего места.

3.8. Соблюдать правила перемещения в помещениях и на территории учреждения, пользоваться только установленными проходами.

3.9. Особую осторожность необходимо соблюдать при нахождении в местах, где имеются токоведущие части электрооборудования или любые другие потребители электрической энергии.

3.10. Не допускать загромождения рабочего места коробками, сумками, папками, книгами и прочими предметами.

3.11. Соблюдать в работе санитарно-гигиенические нормы и правила личной гигиены.

3.12. При ухудшении состояния здоровья обучающийся обязан немедленно известить преподавателя или классного руководителя, обратиться в ближайшую медицинскую организацию.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При проведении занятий в спортивном зале возможно возникновение следующих аварийных ситуаций:

- повреждения и дефекты в конструкции зданий, по причине физического износа, истечения срока эксплуатации;
- поражение электрическим током, по причине неисправности электрооборудования, шнуров питания, отсутствии заземления (зануления);
- технические проблемы с оборудованием, по причине высокого износа оборудования;
- возникновение очагов пожара, возгорания, задымления, искрения по причине нарушения требований пожарной безопасности.

4.2. При возникновении неисправностей в электрооборудовании (посторонний шум, искрение, ощущение действия электрического тока, запаха тлеющей изоляции электропроводки) прекратить работу и обесточить спортивный зал, сообщить заместителю преподавателю или классному руководителю и использовать только после выполнения ремонта и получения разрешения.

4.3. В аварийной обстановке: оповестить об опасности окружающих людей, доложить преподавателю или классному руководителю о случившемся.

4.4. При условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей принять меры к ликвидации пожара в начальной стадии с помощью первичных средств пожаротушения.

4.5. В случае получения травмы прекратить работу, позвать на помощь, воспользоваться аптечкой первой помощи, поставить в известность преподавателя или классного руководителя, обратиться в медицинское учреждение.

4.6. При получении травмы иным работником или обучающимся оказать ему первую помощь. Вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 03 (103) и сообщить о происшествии преподавателю или классному руководителю.

4.7. Обеспечить до начала расследования сохранность обстановки на месте происшествия, а если это невозможно (существует угроза жизни и здоровью окружающих) — фиксирование обстановки путем составления схемы, протокола, фотографирования или иным методом.

4.8. В случае обнаружения какой-либо неисправности, нарушающей нормальный режим работы, ее необходимо остановить. Обо всех замеченных недостатках поставить в известность преподавателя или классного руководителя.

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. По окончании проведения занятий в спортивном зале внимательно осмотреть рабочее место, привести его в порядок.