



**ИНСТРУКЦИЯ**  
**по охране труда при проведении занятий**  
**в тренажерном зале**

*Настоящая инструкция по охране труда, далее – Инструкция, регламентирует безопасный, с точки зрения охраны труда, порядок действий работника в процессе исполнения им своих должностных обязанностей в муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении с. Бошняково (МБДОУ №22).*

**1. Общие требования безопасности.**

- 1.1. К занятиям в тренажерном зале допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Воспитанники подготовительной и специальных медицинских групп к занятиям в тренажерном зале не допускаются.
- 1.2. Воспитанники должны соблюдать правила использования тренажеров, установленные режимы занятий и отдыха.
- 1.3. Занятия в тренажерном зале необходимо проводить в спортивной одежде спортивной обуви с нескользкой подошвой.
- 1.4. Тренажерный зал должен быть оснащен медаптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.
- 1.5. Воспитатель и воспитанники обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Тренажерный зал должен быть оснащен огнетушителем, автоматической системой пожарной сигнализации и приточно-вытяжной сигнализацией.
- 1.6. Каждый тренажер должен быть обеспечен инструкцией по безопасности проведения занятий.
- 1.7. О каждом несчастном случае с воспитанниками, пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить воспитателю, который сообщает о несчастном случае администрации учреждения и принимает меры по оказанию первой помощи пострадавшему.
- 1.8. Во время занятий в тренажерном зале воспитанники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.9. Лица, допустившие невыполнение 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 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 по безопасным приемам поведения на тренажерах.

## **3. Требование безопасности во время занятий**

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

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

3.3. Внимательно слушать и выполнять все команды воспитателя, самовольно не предпринимать ни каких действий.

3.4. Соблюдать установленные режимы занятий и отдыха.

## **4. Требования безопасности при аварийных ситуациях**

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

4.2. При обнаружении пожара или признаков горения в здании, помещении (задымление, запах гари, повышение температуры воздуха и др.) **необходимо:**

- немедленно сообщить об этом по телефону в пожарную охрану (при этом необходимо назвать адрес объекта защиты, место возникновения пожара, а также

сообщить свою фамилию);

- принять посильные меры по эвакуации людей и тушению пожара.

## **5. Требования безопасности по окончании занятий**

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

5.2. Проветрить тренажерный зал и провести влажную уборку.

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

5.4. Проверить противопожарное состояние тренажерного зала и выключить свет.

**ИОТ составил:**

Заместитель заведующего по безопасности Мясникова А.В. /Мясникова А.В./

С инструкцией ознакомлен: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /