

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ
ХАБАРОВСКОГО КРАЯ
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ХАБАРОВСКИЙ КОЛЛЕДЖ ОТРАСЛЕВЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И СФЕРЫ
ОБСЛУЖИВАНИЯ
КГБ ПОУ ХКОТСО**



УТВЕРЖДЕНО

Директор КГБ ПОУ ХКОТСО

И.В. Банкрашкова

«09» 12 2024 г.

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда в спортивном зале
ИОТ № 18 - 2024

Введено в действие Приказом от «09» 12 2024 г. №01-05/354
Дата введения: «09» 12 2024 г.
Срок действия до: «03» 12 2029 г.

г. Хабаровск
2024 г.

1. Общие положения

1.1. Настоящая инструкция по охране труда разработана в соответствии с СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», Федеральным законом № 273-ФЗ от 29.12.2012 «Об образовании в Российской Федерации» в редакции от 8.12.2020, и иными нормативно-правовыми актами, Правилами внутреннего распорядка обучающихся в колледже.

1.1. Данная инструкция по охране труда в спортивном зале устанавливает требования охраны труда перед началом, во время и по окончании осуществления образовательной деятельности в спортзале, обозначает безопасные методы и приемы работ, а также требования охраны труда в возможных аварийных ситуациях.

1.2. Ответственным за соблюдение норм и требований охраны труда в спортивном зале является преподаватель, непосредственно проводящий занятия в спортзале.

1.3. График работы спортивного зала определяется утвержденным в соответствующем порядке расписанием учебных занятий.

1.4. Преподаватель проводит в начале года с обучающимися вводный инструктаж по физкультуре, повторные и первичные инструктажи с внесением записей в журнал инструктажа обучающихся, а также текущие инструктажи перед изучением новых тем и использованием спортивных снарядов детьми впервые.

1.5. В целях соблюдения требований охраны труда в спортивном зале необходимо:

1.5.1. соблюдать требования охраны труда и производственной санитарии, инструкции по охране труда, инструкцию по охране жизни и здоровья обучающихся;

1.5.2. обеспечивать режим соблюдения норм и правил по охране труда и пожарной безопасности во время организации образовательной деятельности;

1.5.3. соблюдать правила личной гигиены; знать порядок действий при возникновении пожара или иной чрезвычайной ситуации и эвакуации, сигналы оповещения о пожаре; уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;

1.5.4. знать месторасположение аптечки; соблюдать должностную инструкцию учителя физкультуры; соблюдать инструкцию по охране труда учителя физкультуры;

1.5.5. соблюдать инструкцию по пожарной безопасности в спортивном зале;

1.5.6. соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка, Правила внутреннего распорядка обучающихся, Устав техникума.

1.6. Опасными факторами при работе в спортивном зале являются:

1.6.1. нарушение остроты зрения при недостаточной освещённости спортивного зала;

1.6.2. травмирование при неаккуратном выполнении упражнений на спортивных снарядах, а также на спортивном оборудовании, имеющем дефекты или недостаточно закрепленном;

1.6.3. травмирование при неаккуратном обращении со спортивным инвентарем;

1.6.4. травмирование при беге на влажном полу;

1.6.5. поражение электрическим током при прикосновении к электрооборудованию с открытыми токоведущим частям или кабелям питания с нарушенной изоляцией;

1.6.6. перенапряжение голосового анализатора;

1.6.7. высокая плотность эпидемиологических контактов.

1.7. Используемое спортивное оборудование в спортзале должно быть выполнено из материалов, допускающих их влажную обработку моющими и дезинфекционными средствами.

1.8. Для обеспечения пожарной безопасности в спортивном зале должны быть размещены первичные средства пожаротушения (огнетушители), иметься аптечка первой помощи.

1.9. В спортивном зале или при входе в него на видном месте должна быть размещена данная инструкция по охране труда в спортивном зале, а также инструкции по правилам безопасности для обучающихся при игре в футбол, волейбол, баскетбол, выполнении упражнений, правила поведения в спортзале.

1.10. В случае травмирования уведомить непосредственного руководителя любым доступным способом в ближайшее время. При неисправности спортивного оборудования и инвентаря, мебели и оргтехники сообщить непосредственному руководителю и не использовать до устранения всех недостатков и получения разрешения.

1.11. В целях соблюдения правил личной гигиены и эпидемиологических норм в спортивном зале необходимо:

1.11.1. находиться в спортивной форме и удобной спортивной обуви;

1.11.2. мыть руки с мылом после соприкосновения с загрязненными предметами, перед началом работы, после занятия и посещения туалета;

1.11.3. не допускать приема пищи в тренерской (инструкторской);

1.11.4. осуществлять проветривание спортивного зала и раздевалок;

1.11.5. соблюдать требования СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21.

1.12. Все положения данной инструкции обязательны для исполнения преподавателями, педагогами дополнительного образования, иными педагогическими работниками, проводящими занятия, спортивные соревнования и игры, спортивные мероприятия с детьми в спортзале колледжа.

1.13. Работники, осуществляющие деятельность в спортивном зале, допустившие нарушение или невыполнение требований настоящей инструкции по охране труда, рассматриваются, как нарушители производственной дисциплины и могут быть привлечены к дисциплинарной ответственности и прохождению внеочередной проверки знаний требований охраны труда.

2. Требования охраны труда перед началом работы в спортивном зале

2.1. В спортивном зале перед началом образовательной деятельности необходимо оценить состояние электрооборудования:

2.1.1. осветительные приборы должны быть исправны, надежно подвешены к потолку, иметь целостную светорассеивающую конструкцию: в спортивном зале – защитную, в душевых – пылевлагодонепроницаемую;

2.1.2. уровень искусственной освещенности в спортивном зале должен составлять не менее 200 люкс, в спортивных, инвентарных – не менее 50 люкс;

2.1.3. коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, корпуса выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов

2.2. Убедиться в целостности окон.

2.3. Удостовериться в наличии первичных средств пожаротушения, срока их пригодности и доступности, в наличии аптечки первой помощи и укомплектованности ее медикаментами и перевязочными средствами.

2.4. Убедиться в свободности выхода из спортивного зала и раздевалок.

2.5. Провести осмотр санитарного состояния спортивного зала, тренерской и раздевалок, а также оценить покрытие пола спортивного зала, которое не должно быть сырым, иметь дефектов и повреждений.

2.6. В отсутствии обучающихся произвести проветривание спортивного зала и раздевалок.

2.7. Температура воздуха в спортивном зале должна соответствовать требуемым санитарным нормам:

2.7.1. в холодный период года: в помещении спортзала — 18-20°C;

2.7.2. в помещении зала для занятий лечебной физической культурой — 18-24°C;

2.7.3. в помещении душевой — 18-26°C;

2.7.4. в теплый период года для всех типов помещений верхняя граница допустимой температуры воздуха не более 28°C, нижняя граница идентична холодному периоду года.

2.8. Необходимо проверить правильность установки и безопасность спортивного оборудования, проверить на устойчивость и исправность спортивные снаряды и иное спортивное оборудование с целью исключения травмоопасных ситуаций с обучающимися.

2.9. Проверить прочность креплений спортивных снарядов, канатов, целостность шведской стенки.

2.10. В узлах и сочленениях спортивных снарядов не должно быть люфтов, качаний, прогибов. Жерди брусев не должны иметь трещин и сколов. Гриф перекладины должен быть защищен, и не иметь ржавчины.

2.11. Обшивка коня, козла и гимнастических матов не должна быть порвана. Наполнительный материал матов должен быть равномерно распределен по всей поверхности.

2.12. Убедиться в целостности и исправности спортивного инвентаря с учётом требований к проводимому уроку, занятию, спортивному соревнованию или спортивной игре.

2.13. При подготовке к занятиям по спортивным играм необходимо проверить накачку мячей, натяжение волейбольной сетки, крепление баскетбольных щитов.

2.14. Перед использованием силовых тренажеров и штанги проверить целостность тросов, смазку трущихся частей, наличие необходимых весов и крепление штанги, наличие фиксатора веса на тренажёрах.

2.15. Перед спортивными соревнованиями и играми проверить исправность звуковой аппаратуры.

2.16. Приступать к образовательной деятельности в спортивном зале разрешается при соответствии спортзала и спортивного оборудования гигиеническим нормативам, после выполнения подготовительных мероприятий и устранения всех недостатков и неисправностей.

3. Требования охраны труда во время работы в спортивном зале

3.1. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в спортивном зале.

3.2. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений к общему времени занятия физической культурой должно составлять не менее 70%.

3.3. Физкультурные, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия, спортивные соревнования в спортивном зале организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья обучающихся.

3.4. Обучающиеся должны находиться в спортивном зале в спортивной одежде и спортивной обуви.

3.5. На спортивных соревнованиях, проводимых в спортивном зале, обеспечивается присутствие медицинских работников.

3.6. Во время осуществления образовательной деятельности необходимо соблюдать порядок в спортивном зале, не загромождать пути для выполнения бега, эстафет спортивными снарядами и инвентарем, не загромождать выходы из спортзала и подходы к первичным средствам пожаротушения.

3.7. При изучении обучающимися новых тем по физической культуре, выполнении впервые упражнений на спортивных снарядах с обучающимися проводятся соответствующие инструктажи с записью в журнале регистрации инструктажей, обучающиеся обучаются безопасным правилам выполнения упражнений.

3.8. В спортивном зале необходимо поддерживать дисциплину во время занятий по физкультуре, не разрешать обучающимся самовольно уходить из спортзала без разрешения учителя, не оставлять обучающихся одних без контроля.

3.9. Следить за правильным и безопасным выполнением упражнений обучающимися, осуществлять страховку, исключать конфликтные ситуации во время занятий и соревнований, возможность столкновения детей друг с другом или со спортивным оборудованием.

3.10. Необходимо быть внимательным при перемещениях в спортзале, при выполнении упражнений с отягощениями (гантелями, дисками, гириями), соблюдать достаточный интервал и дистанцию, избегать столкновений.

3.11. Соблюдать правила использования спортивных снарядов, спортивного инвентаря, учитывая их конструктивные особенности.

3.12. Использовать спортивный инвентарь и вспомогательное оборудование только по их прямому назначению, в строгом соответствии с инструкциями по эксплуатации.

3.13. После каждого занятия или спортивного мероприятия в отсутствие обучающихся проветривать спортивный, гимнастический залы, руководствуясь показателями продолжительности, указанными в СанПиН 1.2.3685-21. Оконные рамы фиксировать.

3.14. В спортивном зале запрещено:

3.14.1. выполнять упражнения и действия на спортивных снарядах, противоречащие прямому предназначению данного спортивного оборудования;

3.14.2. раскачиваться и спрыгивать с каната;

3.14.3. использовать спортивное оборудование в качестве подставок под иное спортивное оборудование;

3.14.4. допускать повышенное скопление неиспользуемого спортивного оборудования и любого другого инвентаря в спортивном зале;

3.14.5. бросать предметы и спортивный инвентарь в окна.

3.15. При использовании электроаппаратуры в спортивном зале запрещается:

3.15.1. включать в электросеть и отключать от неё электроприборы мокрыми и влажными руками;

3.15.2. нарушать последовательность включения и выключения, технологические процессы;

3.15.3. размещать на электроприборах предметы (бумагу, ткань, вещи и т.п.);

3.15.4. сгибать и заземлять кабели питания; оставлять без присмотра включенные в электрическую сеть электроприборы.

3.16. В спортивном зале должна осуществляться ежедневная обработка спортивного инвентаря и матов с использованием мыльно-содового раствора.

3.17. В целях обеспечения необходимой естественной освещенности спортивного зала окна не заставляются спортивным оборудованием.

3.18. Не использовать в помещении спортивного зала переносные отопительные приборы с инфракрасным излучением, а также не сертифицированные удлинители.

3.19. В спортивном зале и раздевалках, помещениях для хранения спортивных снарядов и спортивного инвентаря запрещено курить.

3.20. Не допускается в спортивном зале нарушать настоящую инструкцию по охране труда, иные инструкции по технике безопасности при выполнении упражнений на спортивных снарядах, при проведении спортивных игр и соревнований.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. Перечень основных возможных аварий и аварийных ситуаций в спортивном зале, причины их вызывающие:

4.1.1. возникновение технической неисправности спортивных снарядов, тренажёров, спортивного инвентаря вследствие износа;

4.1.2. пожар, возгорание, задымление, поражение электрическим током вследствие неисправности электрооборудования, оргтехники, шнуров питания;

4.1.3. прорыв системы отопления, водоснабжения, канализации из-за износа труб.

4.2. В случае возникновения технической неисправности спортивных снарядов, тренажёров, спортивного инвентаря педагог должен остановить занятие (спортивное мероприятие), изъять данное оборудование или ограничить к нему доступ, и не использовать его в спортивном зале до полного устранения неисправностей.

4.3. При плохом самочувствии или получении травмы сотрудником или обучающимся необходимо оказать ему первую помощь, воспользовавшись аптечкой первой помощи. Вызвать при необходимости скорую медицинскую помощь по телефону 103 и сообщить о происшествии непосредственному руководителю и администрации колледжа. Обеспечить до начала расследования сохранность обстановки на месте происшествия, а если это невозможно (существует угроза жизни и здоровью окружающих) – фиксирование обстановки путем фотографирования или иным методом.

4.4. При аварии (прорыве) в системе отопления в спортивном зале необходимо вывести обучающихся из помещения, оперативно сообщить о происшедшем непосредственному руководителю или вышестоящему руководству.

4.5. При возникновении пожара:

4.5.1. прекратить работу и по возможности отключить электрооборудование;

4.5.2. нажать кнопку пожарной сигнализации и подать сигнал о пожаре;

4.5.3. сообщить о случившемся работодателю;

4.5.4. принять меры по эвакуации людей;

4.5.5. принять меры по локализации пожара имеющимися средствами пожаротушения, руководствуясь инструкцией по пожарной безопасности;

4.5.6. при необходимости вызвать пожарную охрану (при этом необходимо назвать адрес объекта, место возникновения пожара, а также сообщить свою фамилию, имя, отчество, тел.) и организовать встречу пожарных подразделений.

4.6. Вызов экстренных служб с сотовых телефонов МТС, МЕГАФОН, Билайн

101 — Вызов пожарной охраны

103 — Вызов скорой помощи

Службы городской экстренной помощи:

01 — Вызов пожарной охраны

03 — Вызов скорой помощи

Также для экстренного вызова специальных служб работает номер 112.

5. Требования охраны труда по окончании работы в спортивном зале

5.1. Собрать у обучающихся спортивный инвентарь, проверить на целостность и разместить в инвентарной (снарядной).

5.2. Проветрить спортивный зал и раздевалки.

5.3. Закрыть окна, вымыть руки и выключить свет.

5.4. Сообщить непосредственному руководителю или вышестоящему руководству, обо всех неисправностях инвентаря и оборудования, о поломках в водопроводной или канализационной системе, о недостатках, влияющих на безопасность и охрану труда, пожарную и электробезопасность и замеченных во время выполнения работ.

5.5. При отсутствии недостатков закрыть спортивный зал и раздевалки на ключ.

Разработал:
Специалист в области охраны труда



Цвень А.Г.