

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования  
Дворец детского (юношеского) творчества Фрунзенского района Санкт-Петербурга

СОГЛАСОВАНО  
Председатель профсоюзного комитета  
ГБУ ДО ДДЮТ Фрунзенского района  
Санкт-Петербурга

 М.Г. Орлова

«29» 12 2020 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ГБУ ДО ДДЮТ Фрунзенского района  
Санкт-Петербурга

 О.В. Федорова

«29» 12 2020 г.

## ИНСТРУКЦИЯ по охране труда

**при проведении занятий по скалолазанию в тренажерном зале**


*(наименование профессии либо вида работ)*

**ИОТ-013-2021**

*(обозначение)*

**ИНСТРУКЦИЯ**  
**по охране труда**  
**при проведении занятий по скалолазанию в тренажерном зале**  
**(ИОТ-013-2021)**

Согласовано:  
Заместитель директора по безопасности,  
специалист по охране труда



П.В. Рыхлов

Согласовано:  
Заместитель директора по УВР



Е.П. Шарова

Разработал:  
Руководитель структурного подразделения



Д.А. Тихонова

# ИНСТРУКЦИЯ

## по охране труда

### при проведении занятий по скалолазанию в тренажерном зале

#### 1. Общие требования охраны труда

1.1. На каждое выездное мероприятие назначаются ответственный работник – руководитель мероприятия и заместитель (заместители) руководителя мероприятия (далее – ответственные работники).

1.2. К проведению занятий (участию в занятии) по скалолазанию в тренажерном зале (на скалодроме) допускаются обучающиеся в возрасте не менее 10-и лет, прошедшие инструктаж по охране труда, не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.3. При проведении занятий по скалолазанию возможно воздействие на учащихся следующих опасных факторов:

- повышенная или пониженная температура воздуха рабочей зоны;
- повышенная или пониженная температура поверхностей, в т.ч. оборудования, материалов;
- отсутствие или недостаток естественного света;
- недостаточная освещенность рабочей зоны;
- повышенная яркость света;
- острые кромки, заусенцы и шероховатость на поверхностях инструментов, оборудования, иных предметах;
- физические перегрузки (статические; динамические);
- нервно-психические перегрузки (умственное перенапряжение; перенапряжение анализаторов; монотонность труда; эмоциональные перегрузки);
- травмы при неисправном страховочном устройстве и снаряжении (веревки, оттяжки, карабины);
- травмы при нарушении режима занятий и отдыха;
- травмы при отсутствии согласованных действий между страхующим и страхуемым;
- травмы при несоблюдении требований предъявляемых при прохождении трасс.
- иные опасные и вредные факторы.

1.4. Работник обязан:

- выполнять работу, которая определена рабочей или должностной инструкцией;
- выполнять правила внутреннего трудового распорядка;
- правильно применять средства индивидуальной и коллективной защиты;
- соблюдать требования охраны труда, пожарной и электробезопасности;
- немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания;
- в течение трудовой деятельности проходить обучение безопасным методам и приемам выполнения работ и оказанию первой помощи, пострадавшим на производстве, инструктажи по охране труда, проверку знаний требований охраны труда;
- проходить обязательные периодические (в течение трудовой деятельности) медицинские осмотры (обследования), а также проходить внеочередные медицинские осмотры (обследования) по направлению работодателя в случаях, предусмотренных Трудовым кодексом и иными федеральными законами.

1.5. Обучающиеся обязаны:

- выполнять работу, которая определена инструкцией, программой мероприятия;
- выполнять правила внутреннего распорядка обучающихся;
- правильно применять средства индивидуальной и коллективной защиты;
- соблюдать требования охраны труда, пожарной и электробезопасности;
- соблюдать правила использования скалодрома, установленные режимы занятий и отдыха.

– немедленно извещать ответственных работников о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого заболевания.

– адекватно реагировать и выполнять законные требования работников Учреждения, направленные на сохранение жизни и здоровья людей, имущества людей и Учреждения, соблюдения пропускного, внутриобъектового и антитеррористического режимов, пожарной безопасности и иных действующих норм и правил;

– выполнять правила дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, пассажиров);

– выполнять требования охраны труда;

– выполнять правила поведения на транспорте и в общественных местах, правила охраны природы, памятников истории и культуры;

– аккуратно открывать воду в смесителях с целью неполучения ожогов. При необходимости получения тёплой воды, сначала открывать холодную воду, а потом постепенно открывать кран горячей воды до получения воды нужной температуры;

1.6. Лица, ответственные за сопровождение обучающихся (далее – ответственные работники, сопровождающие) обеспечивают безопасность по пути следования, а также при проведении мероприятия и несет ответственность:

– за жизнь и здоровье участников выездного мероприятия;

– за выполнение всеми членами группы требований охраны труда;

– за соблюдение правил поведения на транспорте и в общественных местах, правил охраны природы, памятников истории и культуры;

– соблюдение норм санитарии и личной гигиены членами группы.

1.7. Занятия по скалолазанию необходимо проводить в спортивной одежде и скальных туфлях.

1.8. Тренажерный зал должен быть оснащен медицинской аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.9. Педагог и учащиеся должны соблюдать правила пожарной безопасности, знать мест расположения первичных средств пожаротушения.

Тренажерный зал должен быть оснащен огнетушителями, автоматической системой пожарной сигнализацией и приточно-вытяжной вентиляцией.

1.10. Во время занятий в тренажерном зале учащиеся должны соблюдать чистоту и правила личной гигиены.

1.11. О каждом несчастном случае с учащимися, пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить педагогу, который сообщает о несчастном случае администрации учреждения и принимает меры по оказанию первой помощи пострадавшему.

1.12. Лица, допустившие невыполнение или нарушения инструкций 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.

1.13. При следовании на транспорте, пешим порядком по дорогам общего пользования руководствоваться Инструкциями по охране труда при следовании с обучающимися к месту проведения мероприятий и обратно, а также на самих мероприятиях (для работников и обучающихся соответственно).

1.14. Недопустимо распитие спиртных напитков во время работы, а также нахождение в нетрезвом виде.

1.15. Курить и принимать пищу разрешается только в специально отведенных для этой цели местах.

1.16. Обучающиеся, допустившие нарушение или невыполнение требований инструкции по охране труда, рассматривается, как нарушитель производственной дисциплины и может быть привлечен (или его родители (законные представители)) в зависимости от последствий к административной или уголовной; если нарушение связано с

причинением материального ущерба, то виновный может привлекаться к материальной ответственности в установленном порядке.

1.17. Работник, допустивший нарушение или невыполнение требований инструкции по охране труда, рассматривается, как нарушитель производственной дисциплины и может быть привлечен к дисциплинарной ответственности, а в зависимости от последствий – к административной или уголовной; если нарушение связано с причинением материального ущерба, то виновный может привлекаться к материальной ответственности в установленном порядке.

## **2. Требования охраны труда перед началом занятия**

2.1. Пройти соответствующую подготовку, инструктаж, медицинский осмотр и представить справку о состоянии здоровья.

2.2. Надеть спортивную одежду и скальные туфли.

2.3. Проверить исправность и надежность страховочных устройств и снаряжения (веревки, оттяжки, карабины) на наличие потертостей, надрывов, дефектов, при обнаружении дефектов обратиться к педагогу.

2.4. Педагог обязан провести, а обучающие получить, инструктаж по безопасным приемам проведения занятий на скалодроме.

2.5. Проведение занятий на скалодроме разрешается только на специальном снаряжении (страховочные устройства, обвязки, веревки, карабины, оттяжки), рекомендованном UIAA и используемом в соответствии с требованиями и рекомендациями фирм-производителей. Надежность снаряжения подтверждается соответствующими сертификатами.

## **3. Требования охраны труда во время занятия**

3.1. Начинать выполнение упражнений на скалодроме и заканчивать их только по команде (сигналу) педагога.

3.2. При обнаружении недостаточно безопасными страховочные устройства или снаряжение, педагог запрещает их использование.

3.3. Не допускается лазать по стене без страховки.

3.4. Не допускается лазания друг под другом во время лазания.

3.5. Не допускается протравливания веревки через спусковое устройство с большой скоростью.

3.6. Во время тренировки (лазания) необходимо использовать магнезию.

3.7. Не допускается при лазании братья за крючья руками.

3.8. Не допускается отвлекать обучающихся, работающих на высоте (дергать веревки, бросать мяч и др.).

3.9. Не допускать падения вниз используемого снаряжения (карабины, веревки и др.).

3.10. При спуске страхуемого обращать внимание на находящихся внизу обучающихся.

3.11. Лазать по стене разрешается с гимнастической верхней или нижней страховкой с полностью застегнутой страховочной системой.

3.12. Во время лазания с гимнастической страховкой учащимся разрешается подниматься до 2-х метров.

3.13. Верхнюю и нижнюю страховку осуществлять только с использованием специальных устройств.

3.14. При лазании с верхней страховкой:

– страховочная веревка должна проходить не менее чем через 2 независимые точки страховки, расположенных на расстоянии не более 1,5 метров друг от друга и несущих сопоставимые нагрузки. Муфты на карабинах должны быть завинчены;

– страховочная веревка должна быть прикреплена к учащемуся либо разрешенным узлом, либо пришелкнута карабином, муфта которого должна быть закрыта;

– во время движения по стене учащиеся не должны отклоняться от линии трассы во избежание маятника.

3.15. При лазании с нижней страховкой:

### 3.15.1. Общие требования:

- к страховочной веревке привязываться узлами «восьмерка» или «двойной булинь»;
- обязательное прощелкивание в первой оттяжке производить на высоте 3 метров;
- расстояние между оттяжками не должно превышать два метра.
- до прощелкивания в первую оттяжку осуществляется гимнастическая страховка.
- расстояние между нижними карабинами последовательно расположенных оттяжек на маршруте не должно превышать 2 метров;
- не допускается укорачивать оттяжки завязыванием узла, а также удлинять их, связывая стропы или соединяя карабинами;
- веревка встегивается в оттяжки без перекручивания последних;
- оттяжки прощелкиваются последовательно, в случае «полиспаста» движение по трассе прекращается;
- во время лазания учащийся следит за положением страховочной веревки, не допуская наматывания на части тела и цепляния ее за выступающие элементы рельефа;
- позиция страхующего не допускает возможность падения на него зацепа (в случае поломки) или другого снаряжения, а также сбивания его лезущим учащимся в случае срыва;
- позиция страхующего должна исключать падение страхуемого при возможном срыве на участок веревки между страхующим и первым встегнутым карабином;
- во время движения учащегося к первому крюку под трассой должен находиться мат и осуществляться гимнастическая страховка. В случае отсутствия мата первые 2 оттяжки прощелкиваются;
- не допускается осуществления страховки, если страхуемый значительно превышает по весу (массу тела) страхующего;

### 3.15.2. страхующий:

- должен обеспечивать необходимую слабинку веревки при движении напарника;
- контролирует натяжение веревки при срыве таким образом, чтобы исключить жесткий удар страхуемого о поверхность скалодрома или попадание его на выступающие части скального рельефа;
- контролирует количество выдаваемой веревки во время прохождения 1-го и 2-го крючьев на маршруте, исключив вероятность падения лезущего на пол;
- обязан внимательно следить за действиями страхуемого и своевременно предупреждать его в случае возникновения опасной ситуации (пропуск крюка, уход от линии пунктов страховки, нахождение над или под другим учащимся и т. п.);

3.16. Для проведения страховки педагог допускает учащегося прошедшего занятия по осуществлению страховки и имеющего навык.

## 4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

### 4.1. Общие требования (для работников)

4.1.1. Ответственные работники обязаны в первую очередь обеспечить сохранение жизни и здоровья детей и себя. Тушение пожаров, ликвидация аварий и т.п. – вторичная задача, выполнение которой допускается только когда подопечные обучающиеся находятся под присмотром работников Учреждения, отсутствуют предпосылки для причинения вреда своей жизни и здоровью.

Сохранение жизни и здоровья детей и себя включает в себя, но не ограничивается, помощью детям при эвакуации, своевременной выдачей указаний по мерам предосторожности и спасению, постоянным контролем действий детей при несчастном случае.

4.1.2. При возникновении аварий и ситуаций, которые могут привести к несчастным случаям, необходимо:

- немедленно прекратить движение, по возможности отойти от потенциально-опасного предмета или места и известить ответственного работника;
- под руководством руководителя работ оперативно принять меры по устранению причин аварий или ситуаций, которые могут привести к авариям или несчастным случаям.

4.1.3. При несчастном случае:

- немедленно организовать первую помощь пострадавшему (согласно Инструкции по оказанию первой помощи пострадавшим при несчастных случаях на производстве) и при необходимости вызвать бригаду скорой помощи по телефону 112 или 03 (103);
- принять неотложные меры по предотвращению развития аварийной или иной чрезвычайной ситуации и воздействия травмирующих факторов на других лиц;
- сообщить руководителю Учреждения или лицу его замещающему;
- сохранить до начала расследования несчастного случая обстановку, какой она была на момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью других лиц и не ведет к катастрофе, аварии или возникновению иных чрезвычайных обстоятельств, а в случае невозможности ее сохранения – зафиксировать сложившуюся обстановку (составить схемы, сфотографировать, снять на видео).

4.1.4. При обнаружении подозрительных или бесхозных предметов:

- отойти от них, не допускать к ним людей;
- не пользоваться средствами связи вблизи предметов;
- сообщить в органы правопорядка (в России по телефону 112);
- дождаться сотрудников Полиции.

4.1.5. При угрозе совершения или совершении террористического акта действовать согласно инструкциям:

- Инструкция по действиям при террористической угрозе;
- Инструкция по действиям при совершении террористического акта.
- Инструкция по действиям в случае обнаружения предмета, вызывающего подозрение на химическое или биологическое заражение.

#### **4.2. Общие требования (для обучающихся)**

4.2.1. Первоочередная задача при любой внештатной ситуации – сохранение жизни и здоровья людей и себя.

4.2.2. При возникновении аварий и ситуаций, которые могут привести к несчастным случаям, необходимо:

- немедленно прекратить движение, по возможности отойти от потенциально-опасного предмета или места и известить ответственного работника.

4.2.3. При несчастном случае:

- немедленно обратиться к ответственному работнику;
- при обнаружении получения травмы иного обучающегося немедленно сообщить об этом ответственному работнику;
- сохранить до начала расследования несчастного случая обстановку, какой она была на момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью других лиц и не ведет к катастрофе, аварии или возникновению иных чрезвычайных обстоятельств.

4.2.4. При обнаружении подозрительных или бесхозных предметов:

- отойти от них, не допускать к ним людей;
- не пользоваться средствами связи вблизи предметов;
- сообщить в органы правопорядка (в России по телефону 112);
- дождаться сотрудников Полиции.

4.2.5. При угрозе совершения или совершении террористического акта действовать согласно инструкциям:

- Инструкция по действиям при террористической угрозе;
- Инструкция по действиям при совершении террористического акта.
- Инструкция по действиям в случае обнаружения предмета, вызывающего подозрение на химическое или биологическое заражение.

#### **4.3. Требования к действиям при аварийной ситуации в здании**

4.3.1. При пожаре

- Сообщить в пожарную охрану по телефону 01 или 112.
- Использовать средства защиты органов дыхания, а при их отсутствии закрыть нос и рот хлопчатобумажной или шерстяной тканью (шапка, шарф, пальто и т.п.).
- Произвести эвакуацию согласно планам эвакуации. Пользоваться лифтом запрещено.
- При эвакуации и при наличии возможности оповещать других людей голосом и посредством приведения в действие извещателей о пожаре.

4.3.2. При авариях на коммунальных системах не подходить к месту аварии, уведомить работников соответствующего здания (объекта).

4.3.3. При обрушении здания:

4.3.3.1. Оценить обстановку.

4.3.3.2. Не приближаться к месту происшествия.

4.3.3.3. В случае необходимой эвакуации взять документы и предметы первой необходимости.

4.3.3.4. Выходить из помещений (зданий), по возможности, прижавшись спиной к стене (особенно, если придется спускаться по лестнице), пригнувшись, прикрывая голову руками в целях предотвращения травмирования обломками, осколками стекла и т.п.

4.3.3.5. Продвигаться осторожно, не трогать поврежденные конструкции и оголившиеся провода.

4.3.3.6. Запрещено выходить на балконы, исключить пользование лифтами и взаимодействие с включенными электроприборами.

4.3.3.7. В разрушенном или поврежденном помещении нельзя пользоваться открытым пламенем (спичками, зажигалками и т.п.) из-за опасности взрыва скопившихся газов;

4.3.3.8. При задымлении или запылённости защитите органы дыхания смоченным платком (полотенцем) или иным подручным средством.

4.3.3.9. Оказавшись на улице, отойти от здания (переместиться на место сбора), ведя наблюдение за зданием и его элементами, которые могут обрушиться (балконы, карнизы, стены и т.п.).

4.3.4. При запахе (утечке) газа

4.3.4.1. При возможности, перекройте газопроводный кран.

4.3.4.2. Проветрите помещение (устройте сквозняк).

4.3.4.3. Вызвать аварийную службу (звонить нужно из помещения, не наполненного газом, или вообще из другой квартиры) по телефону 04 или 112.

4.3.4.4. Запрещено зажигать огонь, включать и не выключать электроприборы.

## **5. Требования охраны труда по окончании туристского похода, экскурсии, экспедиции**

5.1. По окончании тренировки убрать (сдать) снаряжение в специально отведенное для этого место.

5.2. При возвращении в Учреждение проверить по списку обучающихся и передать их родителям (законным представителям) в установленном порядке.

5.3. После окончания (возвращения) мероприятия доложить непосредственному руководителю о результатах его проведения, передать командировочные и иные документы ответственным работникам.

5.4. Всё снаряжение, используемое для проведения выездного мероприятия, при необходимости, сдать в установленные места хранения.



