

ДЕПАРТАМЕНТ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И НАУКЕ
областное государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение «Смоленская академия профессионального образования»
(ОГБПОУ СмолАПО)

ПРИНЯТО
решением Совета Академии
ОГБПОУ СмолАПО
от «15» 12 2019г.
Протокол № 1

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
ОГБПОУ СмолАПО
от «16» 12 2019 г. № 01-139/1
 М.В. Белокопытов

ПОЛОЖЕНИЕ
о тренажерном зале в областном государственном бюджетном
профессиональном образовательном учреждении
«Смоленская академия профессионального образования»

ДЕПАРТАМЕНТ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ ПО ОБРАЗОВАНИЮ И НАУКЕ
областное государственное бюджетное профессиональное образовательное
учреждение «Смоленская академия профессионального образования»
(ОГБПОУ СмолАПО)

ПРИНЯТО
решением Совета Академии
ОГБПОУ СмолАПО
от «__» _____ 2019г.
Протокол № __

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
ОГБПОУ СмолАПО
от «__» _____ 2019 г. № ____
_____ М.В. Белокопытов

ПОЛОЖЕНИЕ
о тренажерном зале в областном государственном бюджетном
профессиональном образовательном учреждении
«Смоленская академия профессионального образования»

Смоленск 2019

1 Общие положения

1.1 Настоящее Положение о тренажерном зале (далее - Положение) разработано в соответствии с Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» № 273 от 29.12.2012г. (с изменениями и дополнениями), Постановления Правительства РФ от 15.08.2013г. №706 «Об утверждении Правил оказания платных образовательных услуг», Уставом областного государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Смоленская академия профессионального образования» (далее - Академия).

1.2 Настоящее Положение определяет порядок создания, цели, задачи и принципы деятельности тренажерного зала Академии

1.3 Основная цель организации тренажерного зала заключается в оказании Академией неограниченному кругу лиц услуг тренажерного зала для удовлетворения потребностей населения в области физической культуры и спорта, организация активного отдыха детей, подростков и взрослого населения в свободное время.

1.4 Услуги тренажерного зала не относятся к основным видам услуг, оказываемым Академией, их предоставление не связано с работой основных фондов Академии, используемых для оказания образовательных услуг.

1.5 Сведения о тренажерном зале, о порядке его работы отражаются в настоящем Положении.

1.6 Основные понятия, используемые при организации работы тренажерного зала:

1.7 Настоящее Положение является локальным нормативным актом Академии.

1.8 Настоящее Положение принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в составе новой

редакции Положения Советом Академии и утверждаются приказом директора Академии. После принятия новой редакции. Положения, предыдущая редакция утрачивает силу.

– **«Абонемент»** — документ, позволяющий Заказчику проходить на территорию Академия, в т.ч. в тренажерный зал, и использовать расположенные на его территории тренировочные площадки, тренажеры, иной спортивный инвентарь, оборудование, раздевалки, душевые.

– **«Заморозка абонемента»** – приостановка срока действия договора оказания услуг на определенный период времени. Заморозка абонемента оформляется на основании письменного заявления Заказчика.

– **«Бланк строгой отчетности»** - документ финансового учета в виде номерной квитанции, выполненной типографским способом, один экземпляр которой выдается администратором тренажерного зала Заказчику при разовой оплате услуги непосредственно в тренажерном зале, а другой экземпляр предоставляется в бухгалтерию Академии.

– **«Занятия в тренажерном зале»** — занятия, проводимые без тренера (преподавателя) либо с тренером (преподавателем) для отдельных физических лиц либо для специально образованных групп, продолжительностью до 90 минут.

– **«Технические перерывы»** — перерывы в работе тренажерного зала, туалетных комнат, или отдельных его помещений для проведения уборки и санитарной обработки. Количество технических перерывов и их продолжительность определяется в соответствии с санитарными нормами и правилами Российской Федерации.

– **«Категории Заказчика»** - студенты Академия, студенты Академия в составе действующей в Академии спортивной секции, студенты иных учреждений профессионального образования, работники Академия, учащиеся общеобразовательной школы, взрослое население, родители с несовершеннолетними детьми.

2 Функции и задачи тренажерного зала

2.1 Функции тренажерного зала:

- предоставление за плату услуг занятий в тренажёрном зале с использованием расположенных в нём тренажёров, снарядов, иных спортивных предметов;
- организация и проведение физкультурно-спортивных занятий и других мероприятий оздоровительного характера;
- проведение учебной работы в группах общей физической подготовки, здоровья, спортивных секциях;
- изучение, обобщение и использование в своей деятельности передового опыта физкультурно-оздоровительной работы.
- организация работы по пропаганде физической культуры и спорта.

2.2 Задачи тренажерного зала:

- обеспечить полноценное и гармоничное физическое и духовное развитие и
- состояние обучающихся Академии;
- обеспечить у обучающихся Академии стремление к улучшению состояния их здоровья;
- обеспечить безопасность занимающихся при проведении физкультурных и спортивных занятий;
- обеспечить соблюдение санитарно-гигиенических норм и состояние помещений тренажёрного зала;
- обеспечить организацию проведения групповых и индивидуальных консультаций для занимающихся физической культурой и спортом;
- определение содержания занятий с учетом возраста, подготовленности, индивидуальных и психофизических особенностей занимающихся;

– определение рекомендаций по составлению и выполнению индивидуальных физкультурных комплексов упражнений.

3 Организация работы тренажерного зала

3.1 Тренажерный зал не является структурным подразделением Академии или юридическим лицом, а представляет собой отдельное направление дополнительных услуг, предоставляемых Академией и действует на основании настоящего Положения.

3.2 Функции администратора тренажёрного зала возлагаются на руководителя физической культуры Академии на период с 1 октября текущего года по 30 мая последующего года и указываются в трудовом договоре работника.

3.3 Функции ответственного за исправность и безопасность тренажеров и иного спортивного инвентаря и оборудования, используемого в тренажерном зале, возлагаются на лаборанта спортивной кафедры Академии.

3.4 Администратор тренажерного зала не реже одного раза в месяц отчитывается перед директором о работе тренажерного зала.

3.5 Администратор тренажерного зала ежемесячно сдает согласно бланков строгой отчетности денежные средства, полученные от посетителей за услуги тренажерного зала.

3.6 Администратор и лаборант тренажерного зала действуют при строгом соблюдении требований Инструкции по технике безопасности при проведении занятий в тренажёрном зале. (Приложение 1 к настоящему Положению).

3.7 Правила охраны труда при проведении занятий в тренажерном зале утверждаются директором Академия (Приложение 2 к настоящему Положению). Обязательным условием посещения тренажерного зала

является ознакомление под роспись каждого заказчика (потребителя) с правилами охраны труда.

3.8 Режим работы тренажерного зала утверждается директором Академии и его изменение не требует внесения изменений в настоящее Положение.

3.9 Режим работы тренажерного зала доводится до заказчика (занимающихся) в наглядной документированной форме.

3.10 Директор Академии по представлению сотрудников тренажерного зала принимает решение об организации групповых занятий в зале и утверждает их расписание.

3.11 Занятия в тренажерном зале проводятся исключительно под руководством ответственного за тренажерный зал.

3.12 Расписание групповых занятий доводится до посетителей тренажерного зала вместе с режимом работы тренажерного зала в наглядной документированной форме или на сайте академии.

3.13 Если заказчик (посетитель Тренажерного зала) своим поведением систематически нарушает права и законные интересы других посетителей тренажерного Зала и работников Академии, расписание занятий или препятствует нормальному осуществлению деятельности Зала, игнорирует законные требования сотрудников Зала, а также в случае наличия просроченной более чем на один месяц задолженности по оплате услуг Академия вправе отказать такому заказчику (посетителю) в дальнейшем допуске в тренажерный зал.

3.14 Занятия в тренажерном зале проводятся при наличии медицинской справки об отсутствии медицинских противопоказаний для занятия в тренажерном зале. Заказчик несет персональную ответственность за свое здоровье и медицинское обеспечение.

4 Финансовые основы

4.1 Деятельность тренажерного зала осуществляется за счет средств, полученных от заказчика в качестве платы за данный вид услуг.

4.2 Услуги тренажерного зала оказываются по адресу: г.Смоленск , пр-к. Гагарина дом. 56.

4.3 Расходы и доходы от деятельности тренажерного зала учитываются Академией отдельно в бухгалтерском учете и отчетности, отражающей внебюджетную деятельность Академии.

4.4 Стоимость услуг тренажерного зала устанавливается приказом директора Академии.

4.5 Стоимость услуг Тренажерного зала, в том числе с их разбивкой по периодам и продолжительности оказания услуг, категориям обучающихся, доводится до заказчика в наглядной форме в виде Прейскуранта цен и Расчета стоимости услуги (калькуляции) на сайте СмолАПО и на стенде в тренажерном зале.

4.6 Стоимость услуг в соответствии с прейскурантом оплачивается Заказчиком путем внесения денежных средств на расчетный счет Академии, или в кассу бухгалтерии Академии.

4.7 Стоимость услуг зависит от категории Заказчика и вида физкультурно-оздоровительной услуги согласно прейскуранту цен.

4.8 В случае пропуска занятий в Тренажерном зале денежные средства заказчику не возвращаются, за исключением занимающихся, являющихся студентами Академии и представивших доказательства уважительности причин пропуска занятий (болезнь, выезд в другую местность и прочее).

4.9 Оплата труда ответственному за тренажерный зал осуществляется ежемесячно от общей суммы поступивших денежных средств в размере 50% с учетом страховых взносов от поступившей суммы за

месяц. Остальные 50% поступивших денежных средств формируют фонд Академии.

4.10 Оплата за занятия в тренажерном зале вносится в кассу академии.

4.11 В случае пропуска занятий в тренажерном зале денежные средства посетителям не возвращаются, за исключением лиц, представивших доказательства уважительности причин пропуска занятий (болезнь, выезд в другую местность и прочее).

5 Ответственность

5.1 Ответственность Академии за деятельность тренажерного зала устанавливается действующим законодательством.

5.2 Академия не несет ответственность перед лицами, занимающимися в тренажерном зале за вред, причиненный их жизни и здоровью в результате занятий в тренажерном зале, при условии несоблюдения последними правил техники безопасности, охраны труда и иных требований, установленных в том числе локальными нормативными актами Академия.

5.3 Академия не несет ответственность за достижение или не достижение посетителями спортивных результатов, которых они желали достигнуть в результате посещения и занятий в тренажерном зале.

5.4 Академия не несет ответственность за вещи, оставленные посетителями в раздевалках, гардеробе.

6 Заключительные положения

6.1 Настоящее положение рассматривается на Совете Академии и утверждается директором Академия.

6.2 В положение могут вноситься изменения и дополнения, которые утверждаются директором Академия.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

УТВЕРЖДАЮ
Директор ОГБПОУ СмолАПО

М.В.Белокопытов
«____» _____ 2019 г.

Инструкция по технике безопасности в тренажерном зале ОГБПОУ

«Смоленская академия профессионального образования»

Выполнение требований техники безопасности во время занятий в
тренажерном зале обязательно для всех занимающихся!!!

1. Приступать к занятиям в тренажерном зале можно только после ознакомления с настоящими правилами техники безопасности и после прохождения вводного инструктажа у инструктора.
2. Предоставляя услуги тренажёрного зала, Академия руководствуется тем, что занимающийся не имеет противопоказаний для занятий физической культурой. Ответственность за своё здоровье занимающийся несёт персонально. Перед началом тренировок рекомендуется проконсультироваться у лечащего врача. Это обезопасит Вас от травм и повысит эффективность занятий.
3. В течение занятия рекомендуется самостоятельно следить за своим самочувствием. Подбирайте нагрузку и свободные веса, соответствующие Вашему уровню физической подготовленности.
4. Запрещается приступать к занятиям при незаживших травмах и общем недомогании. При наступлении плохого самочувствия во время занятий тренировку необходимо прекратить и незамедлительно сообщить об этом дежурному инструктору.
5. Занятия в тренажерном зале разрешены только в чистой спортивной обуви, рекомендуется использовать удобную закрытую обувь с нескользящей подошвой (кроссовки). Запрещается использовать обувь на высоких

каблуках, с шипами, тренироваться босиком или в открытой обуви (тапочки/сланцы), чешках.

6. Запрещается заниматься с голым торсом.

7. Рекомендуются снять с себя предметы, представляющие опасность при занятиях в тренажерном зале (часы, висячие серьги и т.п.), убрать из карманов колющиеся и другие посторонние предметы.

8. Каждую тренировку обязательно начинайте с разминки. Общая разминка в начале тренировки плавно подготовит организм к последующей работе.

9. Контролируйте правильную технику выполнения упражнений. Правильная техника позволит улучшить результат и предупредить травмы. Ознакомиться с правильной техникой выполнения упражнений Вы можете на инструктаже.

10. Если Вы не знаете, как пользоваться тем или иным тренажером, либо как выполнять то или иное упражнение, обязательно спросите об этом инструктора и только после получения инструктажа приступайте к тренировке на данном тренажере или с данными спортивными снарядами.

11. Запрещается работа на неисправных тренажерах. В случае обнаружения неисправностей (надрыв троса, механические повреждения и др.) необходимо сообщить об этом инструктору тренажерного зала .

12. В начале тренировки на беговой дорожке необходимо становиться на подставки по краям движущейся ленты, установить минимальную скорость и начать тренировку после того, как лента пошла в движение. Нельзя сходить с тренажера до полной остановки ленты.

13. При занятиях на кардиотренажерах запрещается резко изменять величину выполняемой нагрузки на тренажере (резко и значительно изменять скорость бега или сопротивления). Запрещается резко останавливаться после интенсивной нагрузки.

14. При выполнении упражнений со штангой необходимо использовать замки безопасности.

15. При выполнении базовых упражнений (становая тяга, приседания и т.п.) рекомендуем пользоваться атлетическим поясом.

16. Выполнение базовых упражнений (жим лёжа, приседания со штангой) необходимо производить при страховке со стороны партнёра или инструктора.

17. С отягощениями, штангами, гантелями следует обращаться предельно аккуратно. Все упражнения должны выполняться плавно, без рывков, со стабилизацией исходного положения. Инвентарь (гантели, грифы, блины, штанги) бросать на пол запрещено! Используйте специальные коврики.

18. Прием и хранение пищи в зонах, предназначенных для тренировок, запрещен

19. Соблюдайте чистоту и порядок в зале. Не разбрасывайте диски и гантели. После выполнения упражнения возвращайте их на место. Разбирая стоящую на стойках штангу, снимайте диски попеременно (один диск с одной стороны, затем один с другой). Перевес на 30 кг на одном конце штанги может привести к падению.

20. Выполняйте требования инструктора тренажерного зала. Просим Вас с пониманием отнестись к требованиям инструктора, касающимся соблюдения техники безопасности во время занятий. Это снизит риск получения травмы на тренировке

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

Правила по охране труда при проведении занятий в тренажерном зале

1 Общие требования

1.1 К занятиям в тренажерном зале допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда. Обучающиеся подготовительной и специальной медицинской групп к занятиям в тренажерном зале не допускаются.

1.2 Посетители должны соблюдать правила использования тренажеров, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3 При проведении занятий в тренажерном зале возможно воздействие на посетителей следующих опасных факторов:

- Травмы при проведении занятий на неисправных, непрочно установленных и незакрепленных тренажерах;
- Травмы при нарушении правил использования тренажеров, а также при нарушениях установленных режимов занятий и отдыха.

1.4 Занятия в тренажерном зале необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

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

1.6 Инструктор и посетители обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Тренажерный зал должен быть оснащен огнетушителем, автоматической системой пожарной сигнализации и проточно-вытяжной вентиляцией.

1.7 Каждый тренажер должен быть обеспечен инструкцией по безопасности проведения занятий.

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

1.9 Во время занятий в тренажерном зале посетители должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.10 Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего 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 посетителей по безопасным приемам проведения мероприятий на тренажерах.

3 Требования безопасности во время занятий

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

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) инструктора, 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 инструктору. Занятия продолжать только после устранения неисправности тренажера.

4.2 При получении обучающимся травмы немедленно сообщить об этом директору Академия, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

4.3 При возникновении пожара немедленно эвакуировать посетителей 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 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 тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5.4 Проветрить противопожарное состояние тренажерного зала и выключить свет.