

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ

МЕДИЧНИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ФІЗИЧНОЇ ТЕРАПІЇ ТА ЕРГОТЕРАПІЇ

Затверджено
наказом ректора ВНУ імені Лесі Українки
від 23. 01. 2026 р. № 42/з

ІНСТРУКЦІЯ № 119
з охорони праці та безпеки життєдіяльності
при роботі у навчальній спеціалізованій аудиторії G-1
кафедри фізичної терапії та ерготерапії

1. Загальні положення

1.1. Дана інструкція встановлює вимоги з охорони праці та безпеки життєдіяльності під час проведення навчальних занять, практичних робіт і тренувальних сесій у спеціалізованій аудиторії G-1 терапевтичних вправ і терапевтичних занять.

1.2. Вимоги цієї Інструкції є обов'язковими для виконання науково-педагогічними працівниками, навчально-допоміжним персоналом, здобувачами освіти, а також іншими особами, які на законних підставах перебувають у зазначених аудиторіях.

1.3. Інструкція розроблена відповідно до Закону України «Про охорону праці», Закону України «Про освіту», Закону України «Про вищу освіту», Положення про організацію роботи з охорони праці та безпеки життєдіяльності учасників освітнього процесу в установах і закладах освіти, Положення про розробку інструкцій з охорони праці, затвердженого наказом Держнаглядохоронпраці України від 29.01.1998 № 9, а також інших нормативно-правових актів України та локальних нормативних документів закладу освіти.

1.4. Робоче місце працівника спеціалізованої аудиторії G-1 (викладача, інструктора або лаборанта) є постійним і розташовується у спеціально обладнаному приміщенні, оснащеному навчальними меблями, технічними засобами навчання, реабілітаційним і тренувальним обладнанням, електричними приладами та допоміжним інвентарем відповідно до профілю занять.

1.5. Робочі місця здобувачів освіти є тимчасовими (непостійними) та визначаються виключно на період проведення практичного або лабораторного заняття під безпосереднім керівництвом викладача (інструктора). Самостійне перебування та виконання вправ здобувачами освіти у спеціалізованій аудиторії G-1 без нагляду викладача забороняється.

1.6. До роботи у спеціалізованій аудиторії допускаються особи, які пройшли у встановленому порядку вступний інструктаж з охорони праці,

первинний інструктаж на робочому місці та інструктаж з пожежної безпеки, а також не мають медичних протипоказань до виконання фізичних і реабілітаційних вправ.

1.7. Особи, які навчаються або працюють у зазначених аудиторіях, зобов'язані дотримуватися вимог цієї Інструкції, правил внутрішнього розпорядку закладу освіти, санітарно-гігієнічних норм, а також виконувати вказівки викладача (інструктора) щодо безпечної організації занять.

1.8. Відповідальність за організацію безпечних умов праці та навчання, справний стан обладнання, проведення інструктажів і контроль за дотриманням вимог охорони праці та БЖД покладається на завідувача кафедри та викладача (інструктора), який безпосередньо проводить заняття.

2. Характеристика аудиторії та обладнання

2.1. Спеціалізована аудиторія G-1 призначена для проведення практичних, лабораторних і тренувальних занять з фізичної терапії та ерготерапії відповідно до освітніх програм.

2.2. В аудиторії використовується таке обладнання:

- гантелі гімнастичні з ременями фіксації;
- еластичні джгути різної форми та жорсткості;
- м'ячі для фітнесу (фйтболи) різної форми і розмірів;
- масажні фйтболи;
- м'ячі набивні («медболи») різної ваги;
- балансовий м'яч;
- напівсфера балансувальна;
- обтяжувачі для постійного носіння;
- реабілітаційний тренажер для кистей і пальців з діагональним налаштуванням;
- комплект матів.

2.3. Основними потенційними небезпечними та шкідливими факторами під час роботи в аудиторіях є: можливість падіння з нестійких поверхонь, розтягнення або розриви м'язів і зв'язок, удари м'ячами чи обтяжувачами, перевантаження опорно-рухового апарату, травми кистей і пальців, а також ризик погіршення самопочуття внаслідок фізичного перевантаження.

3. Вимоги безпеки перед початком роботи

Вимоги безпеки перед початком занять

3.1. Перед початком занять викладач зобов'язаний:

- перевірити справність та комплектність обладнання, відсутність механічних пошкоджень, тріщин, деформацій, порушень цілісності покриттів;
- переконатися у правильному розміщенні матів, інвентарю та достатності вільного простору для безпечного виконання вправ;
- перевірити чистоту підлоги, відсутність слизьких ділянок;
- ознайомити здобувачів освіти з правилами безпечного виконання вправ.

3.2. Особи, які займаються, повинні:

- бути у спортивному одязі та взутті з неслизькою підошвою;

- зняти прикраси, годинники та інші сторонні предмети, що можуть спричинити травмування;
- повідомити викладача про наявні травми, хронічні захворювання, погане самопочуття або обмеження рухової активності;
- виконати обов'язкову розминку перед основною частиною заняття.

4. Вимоги безпеки під час роботи

4.1. Під час виконання вправ забороняється:

- використовувати несправне або не за призначенням обладнання;
- виконувати вправи без дозволу та контролю викладача;
- перевищувати рекомендоване навантаження;
- перебувати в зоні виконання вправ іншими особами.

4.2. Під час роботи з окремими видами обладнання необхідно дотримуватися таких вимог:

Гантелі та обтяжувачі:

- надійно фіксувати ремені;
- підбирати вагу відповідно до індивідуальних можливостей;
- уникати різких і махових рухів.

Еластичні джгути:

- перевіряти цілісність перед використанням;
- не допускати різкого відпускання натягнутого джгута.

Фітболи, масажні та балансові м'ячі, напівсфера балансувальна:

- використовувати лише на неслизькій поверхні або матах;
- страхувати особу під час балансувальних вправ;
- не перевищувати допустиме навантаження.

Медболи:

- застосовувати вправи відповідно до маси м'яча;
- уникати кидків у напрямку людей без попередження.

5. Вимоги безпеки по закінченню роботи

5.1. Після закінчення занять необхідно:

- припинити виконання вправ за командою викладача;
- весь дрібний інвентар (гантелі, джгути, тренажери для кистей) скласти у спеціально відведені місця (стелажі/контейнери).очистити мати та інвентар (за потреби);
- фітболи та медболи розмістити у фіксаторах або біля стіни, щоб вони не перешкождали вільному проходу;
- обробити контактні поверхні інвентарю (особливо ручки гантелей та мати) антисептичним розчином;
- провітрити аудиторію(за потреби);
- повідомити викладача про всі випадки травмування або погіршення самопочуття.

6. Вимоги безпеки в аварійних ситуаціях

6.1. У разі виникнення пожежі або загорання необхідно:

- негайно вивести всіх людей з приміщення, дотримуючись плану евакуації;

- повідомити пожежну службу за телефоном 101, а також завідувача кафедри та адміністрацію факультету;
- зачинити вікна та двері, щоб обмежити поширення вогню до суміжних приміщень;
- приступити до ліквідації осередку вогню за допомогою вогнегасника (порошкового або вуглекислотного), піску чи вогнетривкого покривала;
- заборонено гасити електроустановки водою або пінними вогнегасниками, щоб уникнути ураження електричним струмом.

6.2. У разі аварійних ситуацій (пошкодження обладнання, коротке замикання, іскріння, перегрівання, задимлення, ураження електричним струмом тощо) негайно відключити електроживлення загальним вимикачем або рубильником та надати невідкладну допомогу потерпілому.

6.3. Після ліквідації аварійної ситуації забороняється відновлювати роботу обладнання без проведення технічної перевірки та дозволу відповідальної особи.

6.4. У разі травмування необхідно негайно припинити вправу, повідомити викладача, надати першу допомогу (забезпечити спокій, прикласти холод до місця забою) та за потреби викликати медичного працівника. Пошкоджений інвентар (розрив фітболу, еластичного джгута тощо) підлягає вилученню з експлуатації та утилізації; самостійний ремонт забороняється.

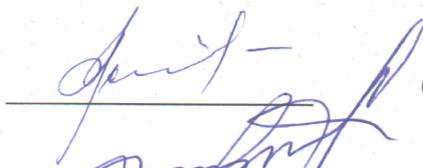
6.5. У разі оголошення сигналу «Повітряна тривога» необхідно негайно припинити заняття, залишити важкий інвентар на підлозі таким чином, щоб він не створював загрози, та організовано пройти до укриття.

6.6. Загальні рекомендації:

- зберігати спокій, діяти швидко, але обережно;
- завжди знати місцезнаходження засобів пожежогасіння, аптечки та виходів з приміщення;
- вести облік всіх аварійних ситуацій та повідомляти про них адміністрацію для запобігання повторних випадків.

РОЗРОБИВ:

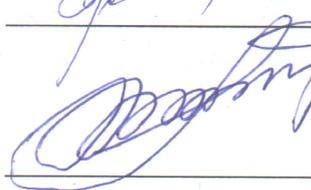
Старший лаборант



Оксана ГРИЦАЙ

УЗГОДЖЕНО:

Начальник відділу охорони праці



Микола НЕГОДЮК

Декан медичного факультету



Ярослав СТЕПАНЮК

Завідувач кафедри



Ольга АНДРІЙЧУК