



МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
СПОРТИВНАЯ ШКОЛА «ОЛИМП»  
АПШЕРОНСКОГО РАЙОНА

П Р И К А З

28.12. 2024 года

№ 283

г. Апшеронск

**О контроле за соответствием размеров спецодежды**

Для приведения в соответствие размеров спецодежды указанных в карточках учета и выдачи СИЗ и в целях закупки спецодежды индивидуально по размерам на каждого работника.

**Приказываю:**

1. Создать комиссию для организации и осуществления контроля за проведением обмера и сборе реальных размеров работников в следующем составе:  
Удалова А.А.- зам директора – председатель комиссии;  
Мнацаканян М.Д. - специалист отдела кадров- член комиссии;  
Лаврушина Е.В. – зав.хоз. – член комиссии.
2. Председателю комиссии организовать проведение замеров работников с предоставлением данных в службу охраны труда по форме, согласно приложению к данному приказу.
3. Лаврушиной Е.В. – зав.хоз, обеспечить внесение размеров работников в личные карточки учета и выдачи СИЗ.
4. Контроль над исполнением приказа возложить на Удалову А.А.- зам директора – председатель комиссии.



Директор

С приказом ознакомлены:

Заместитель директора

Унанов Р.Р.

Удалова А.А.

Размеры спецодежды и спецобуви и работников ООО « \_\_\_\_\_ »

№ п/п	Фамилия, инициалы	Таб. №	Должность (профессия)	Размеры спецодежды и спецобуви					Подпись работника о соответствии ему указанных размеров спецодежды и спецобуви
				Размер одежды/рост	Размер обуви	Размер перчаток	Размер противогаза	Размер головного убора	
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									
26									
27									
28									
30									

Пример:

	Иванов И. И.	2001	слесарь	52/186	44	9	2	57	подпись
--	--------------	------	---------	--------	----	---	---	----	---------

По указанным размерам будет производиться закупка спецодежды и выдача работникам

## Методика определения размера одежды:

Чтобы правильно определить размер спецодежды, необходимо:

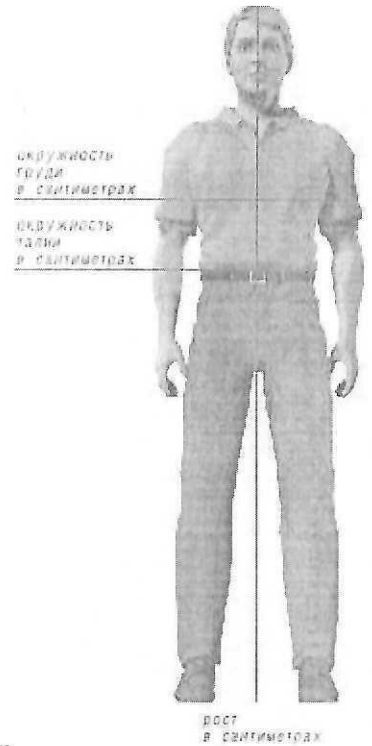
Поверх нижнего белья, которое вы обычно носите, нужно взять жесткую, например, репсовую ленту. Попросите кого-нибудь помочь Вам, и при снятии мерок стойте прямо, но без напряжения.

**ОБХВАТ ГРУДИ.** Основная мерка, по которой определяется размер одежды (куртка, комбинезон, полукомбинезон, брюки). Сантиметр проходит по середине лопаток, через подмышечные впадины и самую выступающую часть груди

**ОБХВАТ ТАЛИИ** необходим, чтобы наиболее точно определить размер поясной одежды. Идет как вторая мерка при определении размера брюк у женщин и мужчин. Обвяжите тесемку вокруг талии так, чтобы она легла естественно, и измерьте ее сантиметром

**ОБХВАТ БЕДЕР** необходим, чтобы наиболее точно определить размер поясной одежды, идет как третья мерка при определении размера у ЖЕНЩИН. Снимается по самой выпуклой части бедер, параллельно полу, обычно 18-23см ниже линии талии (в зависимости от роста)

**РОСТ.** Снимите обувь. Встаньте спиной к стене. Горизонтально положите на голову линейку уприте один ее конец в стену и отметьте это место штрихом. Измерьте расстояние от штриха до пола



Сравните полученные данные с данными, приведенными в таблице размеров одежды.

Таблица 1

Размер	44-46	48-50	52-54	56-58	60-62
Обхват груди (см)	87-94	95-102	103-110	111-118	119-126
Обхват талии (см)	77-84	85-92	93-100	101-108	109-116
Обхват бедер (см)	89-96	97-104	105-112	113-120	121-128

Таблица 2

Размер	Размер роста мужчин	Размер роста женщин
44-46	170-176 (3-4)	158-164 (3-4)
	182-188 (5-6)	170-176 (5-6)
48-50	170-176 (3-4)	158-164 (3-4)
	182-188 (5-6)	170-176 (5-6)
52-54	170-176 (3-4)	158-164 (3-4)
	182-188 (5-6)	170-176 (5-6)
56-58	170-176 (3-4)	158-164 (3-4)
	182-188 (5-6)	170-176 (5-6)
60-62	170-176 (3-4)	158-164 (3-4)
	182-188 (5-6)	170-176 (5-6)

(после проведения обмеров из таблицы 1 подбираем по наибольшему размер спецодежды, а из таблицы 2 - маркировку роста. В карточку вносятся размер в следующем виде (пример) 48-50/3-4)

## Методика определения размера обуви:

Измерим длину стопы. Делать это рекомендуется в конце дня, т.к. ноги растаптываются и становятся больше. Встаньте на лист бумаги и обведите ногу карандашом. Если Вы собираетесь носить носки, то вам стоит их одеть и измерять стопу вместе с ними. Для определения длины стопы измерьте расстояние между самыми

удаленными точками на чертеже, как показано на рисунке (отрезок АВ).

Измерьте обе ноги и выберите большую длину. Округлите полученный результат до 5 мм и найдите свой размер в сантиметрах в нижеуказанной таблице (в карточку заносится соответствующий ему европейский размер).

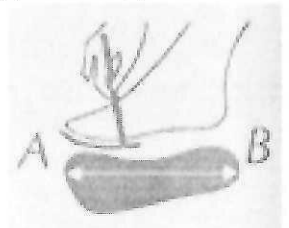


Таблица 3

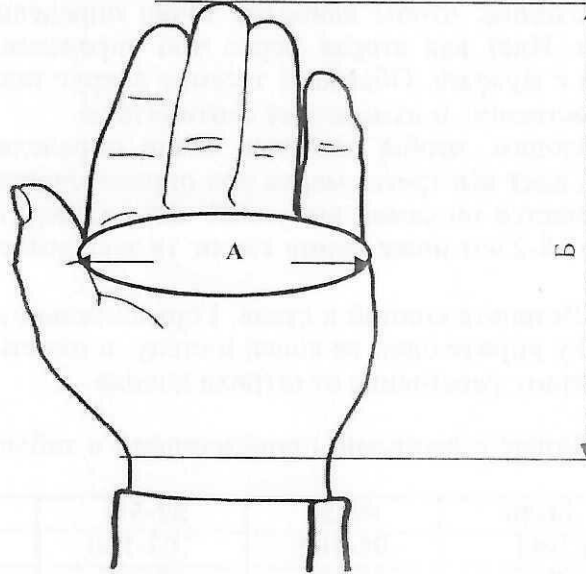
Размер ноги (см)	21.5	22	22.5	23	23.5	24	24.5	25	25.5	26
<b>Размер обуви</b>	<b>34</b>	<b>35</b>	<b>36</b>	<b>37</b>	<b>37.5</b>	<b>38</b>	<b>38.5</b>	<b>39</b>	<b>40</b>	<b>41</b>
Размер ноги (см)	26.5	27	27.5	28	28.5	29	29.5	30	30.5	31
<b>Размер обуви</b>	<b>41.5</b>	<b>42</b>	<b>42.5</b>	<b>43</b>	<b>44</b>	<b>45</b>	<b>46</b>	<b>47</b>	<b>47.5</b>	<b>48</b>

### Методика определения размера перчаток:

Для определения размера необходимо измерить окружность (диаметр руки) и длину ладони (расстояние между запястьем и кончиком среднего пальца). По полученным размерам, в нижеприведенной таблице, подобрать размер перчаток (руководствуясь большим размером).

Таблица 4

Размер перчаток	6	7	8	9	10	11
Окружность (диаметр ладони), мм (А)	152	178	203	229	254	279
Длина ладони, мм (Б)	160	171	182	192	204	215



### Методика определения размера противогаза:

Для подбора размера шлем-маски сантиметровой лентой производят два измерения головы



При первом измерении определяются длина (в см) круговой линии, проходящей по подбородку, щекам и через высшую точку головы (макушку).



При втором измерении определяется длина (в см) полуокружности, проходящей от отверстия одного уха и до отверстия другого по лбу через надбровные дуги.

Результаты двух обмеров складывают и согласно нижеприведенной таблице определяют требуемый размер шлем-маски (в карточку заносится размер шлем-маски).

Таблица 5

Сумма измерений (см)	Размер шлем-маски
До 93	0
От 93 до 95	1
От 95 до 99	2
От 99 до 103	3
От 103 и выше	4

**Методика определения размера головного убора:**

Для определения размера головных уборов, необходимо измерить окружность головы по линии выше бровей на 1,5 см. (в карточку заносится размер в сантиметрах)



Окружность головы (см)	55	56	57	58	59	60	61	62	63
------------------------	----	----	----	----	----	----	----	----	----

