

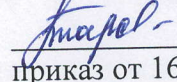
СОГЛАСОВАНО
председатель ЕПО



 / Жигмитов А.Б.

УТВЕРЖДЕНО
директор школы



 Тарбаев В.В.
приказ от 16.05.2025 № 619

Инструкция по охране труда инструктора по физической культуре лагеря дневного пребывания

1. Область применения

1.1. Настоящая инструкция по охране труда для инструктора по физической культуре разработана на основе установленных обязательных требований по охране труда в Российской Федерации, а также:

- 1) изучения видов работ инструктора по физической культуре;
- 2) результатов специальной оценки условий труда;
- 3) анализа требований профессионального стандарта;
- 4) определения профессиональных рисков и опасностей, характерных при работе инструктора по физической культуре;
- 5) анализа результатов расследования имевшихся несчастных случаев с работниками по профессии учитель по физической культуре (инструктор по физической культуре);
- 6) определения безопасных методов и приемов выполнения работ инструктора по физической культуре.

1.2. Выполнение требований настоящей инструкции обязательны для инструктора по физической культуре при выполнении им трудовых обязанностей независимо от его квалификации и стажа работы.

2. Нормативные ссылки

2.1. Инструкция разработана на основании следующих документов и источников:

- 2.1.1. Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 № 197-ФЗ;
- 2.1.2. Порядок обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда, утвержденный постановлением Правительства РФ от 24.12.2021 № 2464;
- 2.1.3. ГОСТ 12.0.004-2015 «ССБТ. Организация обучения безопасности труда. Общие положения»;
- 2.1.4. Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 1 июня 2009 года N 290н «Межотраслевые правила обеспечения работников специальной одеждой, специальной обувью и другими средствами индивидуальной защиты»;
- 2.1.5. Постановление Главного санитарного врача от 28 сентября 2020 года N 28 Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
- 2.1.6. Приказ Минздрава от 28.01.2021 № 29н «Об утверждении Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров работников, предусмотренных частью четвертой статьи 213 Трудового кодекса Российской Федерации»;

Федерации, перечня медицинских противопоказаний к осуществлению работ с вредными и (или) опасными производственными факторами, а также работам, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры»;

2.1.7. «Правила противопожарного режима в РФ», утвержденные постановлением Правительства от 16.09.2020 № 1479;

2.1.8. Перечень мероприятий по оказанию первой помощи и перечень состояний, при которых оказывается первая помощь, утвержденные приказом Минздравсоцразвития от 04.05.2012 № 477н;

2.1.9. «Правила по охране труда при эксплуатации электроустановок», утвержденные Приказом Минтруда России от 15.12.2020 № 903н;

2.1.10. Приказ № 6297н от 14 сентября 2021 «Об утверждении предельно допустимых нагрузок для женщин при подъеме и перемещении тяжестей вручную».

2.1.11. Постановление Главного Государственного санитарного врача Российской Федерации от 2 декабря 2020 года № 40 «Об утверждении санитарных правил СП 2.2.3670-20. Санитарно-эпидемиологические требования к условиям труда».

3. Общие требования охраны труда

3.1. К самостоятельной работе инструктором по физической культуре допускается учитель, имеющий соответствующую выполняемой работе квалификацию, прошедший:

- инструктажи по охране труда, пожарной безопасности, электробезопасности (с присвоением 1 гр.);
- обучение и проверку знаний по охране труда;
- обучение методам оказания первой помощи;
- психиатрическое освидетельствование;
- медицинский осмотр.

3.2. При проведении занятий и мероприятий по физической культуре с обучающимися инструктор по физической культуре обязан:

- соблюдать инструкции по охране труда, а также пожарной безопасности;
- соблюдать правила внутреннего трудового распорядка;
- соблюдать установленные режимы труда и отдыха;
- соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте свое рабочее место;
- обеспечить строгое соблюдение всех норм и правил охраны труда, охраны жизни и здоровья детей во время организации воспитательного процесса с детьми.
- соблюдать данную инструкцию по охране труда инструктора по физической культуре лагеря.

3.3. Для выполнения работ с учебным электрическим оборудованием следует изучить инструкции по его эксплуатации.

3.4. Инструктор по физической культуре, допущенный к самостоятельной работе, должен знать: правила технической эксплуатации и требования безопасности при работе с учебным оборудованием и инвентарем, способы рациональной организации рабочего места, санитарно-гигиенические требования к условиям труда, опасные и вредные производственные факторы, которые могут оказывать неблагоприятное воздействие на человека.

3.5. Инструктор по физической культуре, показавший неудовлетворительные навыки и знания требований безопасности при работе с учебным оборудованием и инвентарем, к самостоятельной работе не допускается.

3.6. Инструктор по физической культуре, направленный для участия в несвойственных его должности работах, должен пройти целевой инструктаж по безопасному выполнению предстоящих работ.

3.7. Инструктору по физической культуре запрещается пользоваться учебным оборудованием, приборами и инвентарем, безопасному обращению с которым он не обучен.

3.8. При проведении занятий и мероприятий по физической культуре на инструктора по физической культуре могут оказывать воздействие следующие опасные факторы:

- возможность травмирования при проведении занятий на неисправных, непрочных установленных и не закрепленных тренажерах;
- физические перегрузки;
- неблагоприятные эргономические характеристики используемого спортивного снаряжения и инвентаря;
- недостаточная освещенность рабочей зоны.

3.9. Травмоопасные факторы для инструктора могут возникнуть в результате следующих причин:

- неудовлетворительное состояние физкультурно-оздоровительных и спортивных сооружений, площадок;
- использование неисправного спортивного оборудования, снаряжения и инвентаря; — низкий уровень теоретической, методической и практической подготовленности инструктора;
- отсутствие или недостаточная разминка, либо чрезмерно интенсивная разминка;
- технически неправильное исполнение приемов и упражнений при проведении занятий;
- травмы при показе и выполнении упражнений на скользком полу и снарядах;
- нарушения остроты зрения при недостаточной освещенности кабинета, неправильном пользовании телевизором; -
- поражение электрическим током при неисправном электрооборудовании помещений, открытых электрических розеток

3.10. Для предупреждения возможности возникновения пожара инструктор по физической культуре должен соблюдать требования пожарной безопасности сам и не допускать нарушений со стороны других работников и обучающихся, знать и уметь быстро находить места расположения первичных средств пожаротушения и направления эвакуации в случае возникновения пожара

3.11. Для предупреждения заболеваний следует знать и соблюдать правила личной гигиены.

3.12. В случае заболевания, плохого самочувствия, недостаточного отдыха, несчастного случая следует сообщить о своем состоянии непосредственному руководителю и обратиться за медицинской помощью.

3.13. Если инструктор по физической культуре оказался свидетелем несчастного случая, он должен оказать пострадавшему первую помощь и сообщить о случившемся руководителю.

3.14. Инструктор по физической культуре должен уметь оказать первую помощь и пользоваться аптечкой.

3.15. Инструктор по физической культуре, допустивший нарушение или невыполнение требований инструкции по охране труда, может быть привлечен к ответственности согласно действующему законодательству и, при необходимости, подвергнут внеочередной проверке знаний, норм и правил охраны труда.

4. Требования охраны труда перед началом работы

4.1. Занятия по физической культуре необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующей виду занятий, сезону и погоде.

4.2. Перед началом занятий учитель должен:

4.2.1. В раздевалках:

- проверить устойчивость мебели в раздевалках;
- проверить исправность сантехнического оборудования в душевых кабинах и туалетных комнатах;
- обеспечить аккуратную расстановку скамеек в раздевалке.

4.2.2. Запрещается ставить тяжелые предметы на незакрепленные шкафы, использовать неисправную мебель и санитарно-техническое оборудование.

4.2.3. В тренажерном зале:

- подготовить тренажерный зал для обеспечения безопасности и эффективности занятий;
- соблюдать правила использования тренажеров, установленные режимы занятий и отдыха;
- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря, имеющегося в тренажерном зале.

4.2.4. Запрещается использовать неисправные тренажеры. Непригодное оборудование должно быть исключено из пользования во избежание травм.

4.2.5. В спортивном зале:

- подготовить спортивный зал для обеспечения безопасности и эффективности занятия;
- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря, имеющегося в спортивном зале;
- протереть гриф перекладины сухой ветошью и зачистить мелкой наждачной бумагой;
- проверить надежность крепления перекладины, крепления опор гимнастического коня и козла, крепления стопорных винтов брусев;
- в местах соскоков со снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

4.2.6. Запрещается использовать непригодное оборудование и спортивный инвентарь. Непригодное оборудование должно быть исключено из пользования во избежание травм.

4.2.7. На спортивной площадке:

- подготовить спортивную площадку для обеспечения безопасности и эффективности занятия;
- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря, имеющегося на спортивной площадке;
- тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме – месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов;
- протереть насухо спортивные снаряды для метания (диск, ядро, гранату и т. п.).

4.2.8. Запрещается использовать непригодное оборудование и спортивный инвентарь. Непригодное оборудование должно быть исключено из пользования во избежание травм.

4.2.9. Перед проведением занятий по плаванию:

- обеспечить выполнение учащимися санитарно-гигиенических правил и выполнение персоналом бассейна функциональных обязанностей;
- контролировать соблюдение воздушного и теплового режима в бассейне;
- Следить за соблюдением учащимися правил безопасности при плавании в бассейне.

4.3. Учитель должен убрать все лишние предметы, не используемые в работе.

4.4. Перед началом работы на учебном оборудовании необходимо его осмотреть и убедиться в полной исправности, в том числе визуально проверить исправность электрического шнура, вилки и розетки, с помощью которых осуществляется питание этого оборудования.

4.5. Учитель должен лично убедиться в том, что все меры, необходимые для обеспечения безопасности обучающихся, выполнены.

4.6. Учитель не должен приступать к работе, если у него имеются сомнения в обеспечении безопасности при выполнении предстоящей работы.

5. Требования охраны труда во время работы

5.1. Во время работы учитель должен быть вежливым, вести себя спокойно и выдержанно, избегать конфликтных ситуаций, которые могут вызвать нервно-эмоциональное напряжение и отразиться на безопасности труда.

5.2. Во время работы учителю следует быть внимательным, не отвлекаться от выполнения своих обязанностей.

5.3. Во время работы учителю не разрешается оставлять обучающихся в течение занятий и на переменах, а также работающих с учебным оборудованием, без присмотра, это допускается только в исключительных случаях с разрешения непосредственного руководителя.

5.4. Учитель должен включать учебное оборудование в работу в той последовательности, которая определена инструкцией по эксплуатации.

5.5. Для подключения учебного оборудования к электрической сети необходимо использовать шнур питания, поставляемый в комплекте с оборудованием; не следует использовать для этой цели самодельные электрические шнуры.

5.6. Все работы со спортивным оборудованием и инвентарем должны выполняться в соответствии с инструкцией по их эксплуатации.

5.7. Во избежание пожара в помещениях лагеря запрещается курить, зажигать спички, пользоваться огнем и открытыми электронагревательными приборами.

5.8. Во избежание случаев электротравматизма выполнять любые работы по техническому обслуживанию учебного оборудования, находящегося под напряжением электрической сети, запрещается.

5.9. Во время проведения занятий по физической культуре учитель должен:

- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину обучающихся во время занятий;
- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря;
- обеспечить безопасное выполнение упражнений;
- при выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы между обучающимися для избежания столкновений.

5.10. Учителю запрещается:

- допускать занятие обучающихся в отсутствие преподавателя;
- допускать обучающихся к занятиям без спортивной формы и обуви;
- выполнять упражнения на неисправных, непрочных установленных и ненадежно закрепленных тренажерах, спортивном оборудовании;
- выполнять упражнения на спортивных снарядах без преподавателя, а также без страховки;
- выполнять упражнения на спортивных снарядах с влажными руками;
- стоять близко к спортивному снаряду при выполнении упражнений другим учащимися;
- проводить занятия без разминки;
- допускать до занятий обучающихся, имеющих медицинские противопоказания.

5.11. Учителю следует проявлять осторожность при передвижении по помещениям учебного заведения, а также по территории учебного заведения.

5.12. При передвижении по территории следует обращать внимание на неровности на поверхности и скользкие места, остерегаться падения из-за поскользывания.

5.13. Во избежание травмирования головы нужно быть внимательным при передвижении возле низкорасположенных конструктивных элементов здания.

6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

6.1. При обнаружении каких-либо неполадок в работе учебного оборудования необходимо прекратить работу, выключить оборудование и сообщить об этом

непосредственному руководителю для организации ремонта.

6.2. Учителю не следует самому устранять технические неполадки учебного оборудования.

6.3. При несчастном случае, внезапном заболевании необходимо немедленно оказать первую помощь пострадавшему, вызвать врача или помочь доставить пострадавшего к врачу, а затем сообщить о происшествии руководителю и родителям (законным представителям) при травмировании учащегося, а при получении травмы коллегами или самим учителем руководителю.

6.4. При возникновении пожара воспитателю лагеря необходимо экстренно эвакуировать детей из здания, доложить о пожаре начальнику пришкольного лагеря и администрации учебного учреждения, также следует оповестить о случившемся ближайшую пожарную часть и приступить к ликвидации пожара всеми имеющимися в наличии первичными средствами пожаротушения.

6.5. Следует организовать встречу подразделений пожарной охраны и оказать помощь в выборе кратчайшего пути для подъезда к очагу пожара.

6.6. При возникновении чрезвычайной ситуации в лагере, поступившем сообщении от штаба ГО района (города) воспользоваться инструкцией по эвакуации в лагере при сигнале ГО и ЧС.

7. Требования охраны труда по окончании работы

7.1. Необходимо отключить от электросети все технические средства.

7.2. Привести в порядок свое рабочее место, убрать спортивный инвентарь и оборудование в отведенное место.

7.3. Проверить и закрыть водопроводные краны.

7.4. Тщательно проветрить помещения, закрыть все окна.

7.5. Снять спортивную одежду и обувь, тщательно вымыть руки с мылом.

7.6. Выключить свет, закрыть кабинет и спортивные помещения на ключ и сдать его на вахту.

7.7. Если при осмотре была обнаружена неисправная мебель, сантехническое оборудование, спортивный инвентарь, вышедшие из строя системы вентиляции или освещения, нарушена целостность окон, необходимо незамедлительно поставить в известность начальника лагеря или заместителя директора по АХЧ.

С инструкцией ознакомлены:

Сембицкая Л.Б.