Точилкин Павел Владимирович
Подписано цифровой подписью: Точилкин Павел Владимирович
DN: cn=Точилкин Павел Владимирович, o=Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение "Центр образования села Хатырка", ou, email=khatyrkaschool@rambler.ru, c=RU
Дата: 2023.01.27 15:05:19 +11'00'

Рассмотрено и принято на общем собрании работников МБОУ «Центр образования с.Хатырка»
Протокол от 27.01.2023г. № 1

Утверждаю
Директор МБОУ «Центр образования с.Хатырка»
_____ П.В.Точилкин

Приказ от 27.01.2023г. № 16-О

Инструкция № 110
по охране труда для инструктора по физической культуре дошкольного отделения МБОУ «Центр образования с. Хатырка»

1. Общие требования охраны труда

1.1. Настоящая инструкция по охране труда для инструктора по физической культуре в дошкольного отделения (далее ДО) разработана в соответствии с Приказом Минтруда России от 29 октября 2021 года N 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда», Постановлениями Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020г №28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и от 28.01.2021г №2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»; разделом X ТК РФ и иными нормативными правовыми актами по охране труда.

1.2. Данная инструкция по охране труда для инструктора по физической культуре ДО в МБОУ «Центр образования с. Хатырка» (далее образовательная организация) устанавливает требования охраны труда перед началом, во время и по окончании работы сотрудника, выполняющего обязанности инструктора по физической культуре в дошкольном отделении, требования охраны труда в аварийных ситуациях, определяет безопасные методы и приемы работ на рабочем месте.

1.3. Инструкция по охране труда составлена в целях обеспечения безопасности труда и сохранения жизни и здоровья инструктора по физкультуре дошкольного отделения при выполнении им своих трудовых обязанностей и функций в образовательной организации.

1.4. К выполнению обязанностей инструктора по физкультуре в дошкольном отделении допускаются лица:

– имеющие образование, соответствующие требованиям к квалификации (профстандарта) по своей должности;

– соответствующие требованиям, касающимся прохождения предварительного и периодических медицинских осмотров, внеочередных медицинских осмотров по направлению директора, обязательного психиатрического освидетельствования (не реже 1 раз в 5 лет), профессиональной гигиенической подготовки и аттестации (при приеме на работу и далее не реже 1 раза в 2 года), вакцинации, наличия личной медицинской книжки с результатами медицинских обследований и лабораторных исследований, сведениями о прививках, перенесенных инфекционных заболеваниях, о прохождении профессиональной гигиенической подготовки и аттестации с допуском к работе.

1.5. Принимаемый на работу инструктор по физкультуре обязан пройти в установленном порядке вводный инструктаж, первичный инструктаж на рабочем месте до начала самостоятельной работы (если его профессия и должность не входит в утвержденный директором Перечень освобожденных от прохождения инструктажа профессий и должностей), проходить повторные инструктажи не реже одного раза в

шесть месяцев, а также внеплановые и целевые в случаях, установленных Порядком обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда.
1.6. Инструктор по физкультуре в ДО должен изучить настоящую инструкцию, пройти обучение по охране труда и проверку знания требований охраны труда, обучение приемам оказания первой помощи пострадавшим, обучение правилам пожарной безопасности и электробезопасности и проверку знаний правил в объеме должностных обязанностей с присвоением I квалификационной группы допуска по электробезопасности.

1.7. Инструктор по физкультуре в целях соблюдения требований охраны труда обязан:

– соблюдать требования охраны труда и производственной санитарии, инструкции по охране труда, охране жизни и здоровья обучающихся;
– обеспечивать режим соблюдения норм и правил по охране труда и пожарной безопасности во время организации образовательной деятельности;
– соблюдать правила личной гигиены;
– иметь четкое представление об опасных и вредных факторах, связанных с выполнением работ и знать основные способы защиты от их воздействия;
– заботиться о личной безопасности и личном здоровье, а также о безопасности окружающих в процессе проведения занятий физкультуры либо во время нахождения на территории образовательной организации;
– знать порядок действий при возникновении пожара или иной чрезвычайной ситуации и эвакуации, сигналы оповещения о пожаре;
– уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения (огнетушителями);
– знать месторасположение аптечки и уметь оказывать первую помощь пострадавшему;
– соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка и Устав образовательной организации;
– соблюдать установленные режимы труда и отдыха;
– соблюдать должностную инструкцию инструктора по физкультуре дошкольного отделения;
– соблюдать инструкцию по охране труда в спортивном зале.

1.8. В процессе работы возможно воздействие на инструктора по физкультуре следующих опасных и (или) вредных производственных факторов:

– напряженность трудового процесса: нагрузка на голосовой аппарат;
– тяжесть трудового процесса: рабочая поза (длительное нахождение в положении "стоя" в течение рабочего дня).

Факторы признаются вредными, если это подтверждено результатами СОУТ.

1.9. Перечень профессиональных рисков и опасностей при работе инструктором по физической культуре:

– нарушение остроты зрения при недостаточной освещённости спортивного зала, при длительной работе с документами;
– травмирование при демонстрации упражнений на спортивных снарядах, имеющих дефекты или недостаточно закрепленных;
– травмирование при беге на влажном полу;
– поражение электрическим током при использовании неисправных электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов, оргтехники, розеток и выключателей, шнуров с поврежденной изоляцией;
– повышенное психоэмоциональное напряжение;
– перенапряжение голосового анализатора;

– высокая плотность эпидемиологических контактов.

1.10. В случае травмирования уведомить заместителя директора по ДО любым доступным способом в ближайшее время. При неисправности спортивного оборудования и инвентаря, мебели и оргтехники сообщить завхозу и не использовать до устранения всех недостатков.

1.11. В целях соблюдения правил личной гигиены и эпидемиологических норм инструктор по физической культуре должен:

– оставлять верхнюю одежду, обувь в предназначенных для этого местах;

– проводить занятия в спортивной форме;

– мыть руки с мылом, использовать кожные антисептики после соприкосновения с загрязненными предметами, перед началом работы, после занятия и посещения туалета, перед приемом пищи;

– не допускать приема пищи на рабочем месте, проветривать физкультурный зал;

– соблюдать требования СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21, СП 3.1/2.4.3598-20.

1.12. Инструктор по физкультуре осуществляет контроль соблюдения обучающимися дошкольного отделения правил безопасного поведения на занятиях по физической культуре, а также соблюдения требований к спортивной форме.

1.13. Инструктору запрещается выполнять работу, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных, токсических или других одурманивающих веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные, токсические или другие одурманивающие вещества на рабочем месте или в рабочее время.

1.14. Инструктор по физической культуре ДО, допустивший нарушение или невыполнение требований настоящей инструкции, рассматривается, как нарушитель производственной дисциплины и может быть привлечён к дисциплинарной ответственности и прохождению внеочередной проверки знаний требований охраны труда, а в зависимости от последствий - и к уголовной; если нарушение повлекло материальный ущерб - к материальной ответственности в установленном порядке.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Инструктор по физической культуре ДО должен приходить на работу в чистой, опрятной одежде, перед началом работы вымыть руки. Прибыть на работу заблаговременно для исключения спешки и, как следствие, падения и получения травмы.

2.2. Визуально оценить состояние выключателей, включить полностью освещение в спортивном зале, раздевалках и убедиться в исправности электрооборудования:

– осветительные приборы должны быть исправны, надежно подвешены к потолку, иметь целостную светорассеивающую конструкцию: в спортивном зале – защитную;

– уровень искусственной освещенности в спортивном зале должен составлять не менее 200 люкс, в снарядных (инвентарных) - не менее 50 люкс;

– коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, корпуса выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

2.3. Надеть спортивную одежду и удобную спортивную обувь с нескользящей подошвой.

2.4. Проверить окна на наличие трещин и иное нарушение целостности стекол.

2.5. Убедиться в наличии надлежащего теплового режима в спортивном зале (при планируемом занятии в спортивном зале):

– в холодный период года – 19-21°С;

– в теплый период года – верхняя граница допустимой температуры воздуха не более 28°С, нижняя граница идентична холодному периоду года.

2.6. Относительная влажность воздуха в физкультурном зале должна составлять 40-60%.

2.7. При планируемом занятии на спортивной площадке убедиться в возможности его проведения на открытом воздухе, что определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам согласно СанПиН 1.2.3685-21:

по климатическим зонам:

Климатическая зона	Температура воздуха, °С		
	без ветра	при скорости ветра до 5 м/с	при скорости ветра 6-10 м/с
Северная часть Российской Федерации	-10-11	-6-7	-3-4
Заполярье	-11-13	-7-9	-4-5
Средняя полоса Российской Федерации	-9	-6	-3

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводить в зале.

2.8. Удостовериться в наличии первичных средств пожаротушения, срока их пригодности и доступности, в наличии аптечки первой помощи и укомплектованности ее медикаментами.

2.9. Провести осмотр санитарного состояния спортивного зала, а также оценить покрытие пола, которое не должно быть влажным, иметь дефекты и повреждения.

2.10. Провести осмотр санитарного состояния спортивной площадки, оценить состояние беговых дорожек и спортивной площадки, которые не должны быть сырыми и (или) иметь дефекты. Не допускать наличия на спортивной площадке, беговых дорожках, в прыжковой яме битого стекла, проволоки, камней и иных травмоопасных факторов.

2.11. Перед проведением физкультурных занятий выполнить проветривание спортивного зала в течение не менее 10 минут.

2.12. Убедиться в свободности выхода из спортивного зала, подходов к первичным средствам пожаротушения.

2.13. Проверить на устойчивость, исправность спортивные снаряды и иное спортивное оборудование с целью исключения травмоопасных ситуаций с обучающимися дошкольного отделения. Проверить прочность креплений канатов.

2.14. В узлах и сочленениях спортивных снарядов не должно быть люфтов, качаний, прогибов. Жерди шведских стенок, скамьи гимнастические, наклонные доски и лестницы не должны иметь трещин, сколов и заусенцев.

2.15. Убедиться в наличии гимнастических матов и их целостности. Обшивка матов не должна быть порвана. Наполнительный материал матов должен быть равномерно распределен по всей поверхности.

2.16. Убедиться в целостности и исправности спортивного инвентаря с учётом требований к проводимому занятию по тем или иным видам физкультурных занятий.

2.17. Проверить накачку мячей, натяжение волейбольной сетки, состояние детских баскетбольных щитов (баскетбольных стоек) при использовании их на занятии.

2.18. При использовании на занятиях звуковоспроизводящих электроприборов убедитесь в их исправности и целостности шнуров питания, штепсельных вилок и розеток.

2.19. Приступать к работе разрешается после выполнения подготовительных мероприятий и устранения всех недостатков и неисправностей.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Во время проведения занятий необходимо соблюдать порядок в физкультурном зале ДО, не загромождать выходы из зала и подходы к первичным средствам пожаротушения, а также пути для выполнения бега, эстафет спортивными снарядами и инвентарем.

3.2. Проконтролировать наличие у обучающихся спортивной формы и обуви с нескользящей подошвой.

3.3. Провести инструктаж с обучающихся по безопасным приемам выполнения физических упражнений и правилам поведения в спортивном зале.

3.4. Физкультурные занятия организовывать с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья обучающихся дошкольного отделения.

3.5. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений к общему времени занятия физической культурой, должно составлять не менее 70%.

3.6. Поддерживать дисциплину и порядок во время занятий по физкультуре, не разрешать обучающимся дошкольного отделения самовольно уходить из физкультурного зала или спортивной площадки без разрешения инструктора по физической культуре, не оставлять обучающихся одних без контроля.

3.7. Следить за правильным и безопасным выполнением упражнений обучающимися, осуществлять страховку, исключать конфликтные ситуации во время занятий, возможность столкновения обучающихся друг с другом или со спортивным оборудованием.

3.8. Спортивные снаряды и спортивный инвентарь применять только в исправном состоянии, соблюдая правила безопасности и утверждённые методики.

3.9. Использовать спортивные снаряды, спортивный инвентарь только по их прямому назначению, в строгом соответствии с инструкциями по эксплуатации.

3.10. Следить за соблюдением детьми достаточного интервала и дистанции, в особенности при выполнении упражнений потоком и беге. Исключать при беге резко «стопорящую» остановку.

3.11. В местах соскоков со снарядов, вдоль шведской стенки размещать гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной. Страховать обучающихся в месте приземления.

3.12. Запрещать обучающимся самостоятельно подниматься на высоту и спрыгивать с высоты.

3.13. Веревку для прыжков в высоту не привязывать к стойкам, а класть на штырьки в стойках.

3.14. Запрещается использовать спортивное оборудование в качестве подставок под иное спортивное оборудование.

3.15. Не использовать в физкультурном зале переносные отопительные приборы с инфракрасным излучением, а также не сертифицированные удлинители.

3.16. После каждого занятия в отсутствии воспитанников проветривать физкультурный зал в течение не менее 10 минут. Оконные рамы при этом фиксировать крючками или ограничителями.

3.17. В целях обеспечения необходимой естественной освещенности физкультурного зала окна не заставлять спортивным оборудованием и инвентарем.

3.18. Персональный компьютер (ноутбук) и иную оргтехнику в инструкторской следует использовать в соответствии с инструкцией по эксплуатации и (или) техническим паспортом.

3.19. Клавиатуру и мышь ежедневно дезинфицировать в соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70% спирта.

3.20. При использовании звуковоспроизводящей электроаппаратуры и оргтехники инструктору по физкультуре запрещается:

- включать в электросеть и отключать от неё электроприборы мокрыми руками;
- размещать на электроприборах предметы (бумагу, ткань, вещи и т.п.);
- скручивать, защемлять и натягивать шнуры питания;
- переносить или перемещать включенные электроприборы;
- разбирать включенные электроприборы;
- прикасаться к оголенным или с поврежденной изоляцией проводам и шнурам питания;
- оставлять без присмотра включенные в электрическую сеть электроприборы.

3.21. Инструктору по физкультуре необходимо соблюдать правила передвижения в помещениях и на территории образовательной организации:

- во время ходьбы быть внимательным и контролировать изменение окружающей обстановки;
- ходить по коридорам и лестничным маршам, придерживаясь правой стороны;
- при передвижении по лестничным пролетам следует соблюдать осторожность и внимательность, не перепрыгивать через ступеньки, не наклоняться через перила, ходить осторожно и не спеша;
- не проходить ближе 1,5 метра от стен здания образовательной организации;
- не наступать на люки.

3.22. Соблюдать во время работы настоящую инструкцию по охране труда для инструктора по физической культуре в ДО, иные инструкции по охране труда при выполнении работ, установленный режим рабочего времени и времени отдыха в ДО.

3.23. Контролировать проведение влажной уборки в физкультурном зале не реже 2 раз в день.

3.24. При длительной работе с журналом, документами, за компьютером (ноутбуком) с целью снижения утомления зрительного анализатора, предотвращения развития познотонического утомления через час работы делать перерыв на 10-15 минут, во время которого следует выполнять комплекс упражнений для глаз, физкультурные паузы.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. Перечень основных возможных аварий и аварийных ситуаций, причины их вызывающие:

- возникновение технической неисправности спортивных снарядов, спортивного инвентаря вследствие износа;
- изменение метеорологической ситуации, нарушение санитарно-гигиенических норм на спортивной площадке;
- пожар, возгорание, задымление, поражение электрическим током вследствие неисправности электрооборудования, оргтехники, шнуров питания;
- прорыв системы отопления, водоснабжения, канализации из-за износа труб;

– террористический акт или угроза его совершения.

4.2. Инструктор по физкультуре обязан немедленно известить заместителя директора по ДО или директора образовательной организации:

– о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью обучающихся и работников общеобразовательной организации;

– о факте возникновения групповых инфекционных и неинфекционных заболеваний;

– о каждом произошедшем несчастном случае;

– об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

4.3. В случае возникновения технической неисправности спортивных снарядов, спортивного инвентаря инструктор по физической культуре ДО должен остановить занятие, изъять данное оборудование или ограничить к нему доступ, и не использовать его в образовательной деятельности до полного устранения неисправностей и получения разрешения завхоза.

4.4. При изменении метеорологической ситуации (дождь, снег, резкое похолодание, порывы ветра), нарушении санитарно-гигиенических норм на спортивной площадке инструктор по физической культуре должен остановить занятие и перенести его в спортивный зал образовательной организации.

4.5. В случае появления задымления или возгорания в спортивном зале инструктор по физкультуре обязан немедленно прекратить работу, вывести обучающихся из спортивного зала – опасной зоны, вызвать пожарную охрану по телефону 01 (101 – с мобильного), оповестить голосом о пожаре и вручную задействовать АПС, сообщить заместителю директора по ДО. При условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей принять меры к ликвидации пожара в начальной стадии с помощью первичных средств пожаротушения.

4.6. В случае получения травмы или плохого самочувствия инструктор по физической культуре обязан прекратить работу, позвать на помощь, воспользоваться аптечкой первой помощи, поставить в известность заместителя директора по ДО (при отсутствии - иное должностное лицо) и обратиться в медицинский пункт.

4.7. При получении травмы иным работником или обучающимся необходимо оказать ему первую помощь. Вызвать медицинского работника образовательной организации, при необходимости, вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 03 (103) и сообщить о происшествии заместителю директора по ДО. Обеспечить до начала расследования сохранность обстановки на месте происшествия, а если это невозможно (существует угроза жизни и здоровью окружающих) – фиксирование обстановки путем фотографирования или иным методом.

4.8. При аварии (прорыве) в системе отопления в спортивном зале необходимо вывести обучающихся из помещения, оперативно сообщить о происшедшем завхозу дошкольного отделения.

4.9. В случае угрозы или возникновения очага опасного воздействия техногенного характера, угрозы или приведения в исполнение террористического акта следует руководствоваться Планом эвакуации, инструкцией о порядке действий в случае угрозы и возникновении ЧС террористического характера.

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. Собрать у обучающихся спортивный инвентарь, проверить на целостность и разместить в инвентарной.

5.2. Провести осмотр санитарного состояния спортивного зала дошкольного отделения.

5.3. Убедиться в свободности выходов из спортивного зала и подходов к

первичным средствам пожаротушения.

5.4. Проветрить спортивный зал.

5.5. Удостовериться в противопожарной безопасности спортивного зала ДО, инвентарной, инструкторской. Удостовериться, что противопожарные правила в помещениях соблюдены, огнетушители находятся в установленных местах. При окончании срока эксплуатации огнетушителя сообщить лицу, ответственному за пожарную безопасность в образовательной организации, для последующей перезарядки. Установить в помещении новый огнетушитель.

5.6. Проконтролировать проведение влажной уборки, обработку спортивного инвентаря и матов с использованием мыльно-содового раствора.

5.7. Закрыть окна, вымыть руки, перекрыть воду и выключить свет.

5.8. Известить непосредственного руководителя о недостатках, влияющих на безопасность труда, пожарную безопасность, обнаруженных во время работы.

5.9. При отсутствии недостатков закрыть спортивный зал и раздевалки на ключ.

С инструкцией ознакомлен (а)
«___»_____202__г. _____ /_____/