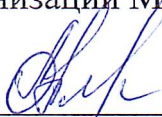


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 206»

СОГЛАСОВАНО

Председатель первичной профсоюзной
организации МБДОУ № 206



О.А. Платонова

«16» января 2023 года

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ № 206



В.А. Холодкова

«16» января 2023 года

Инструкция

по охране труда для инструктора по физической культуре

ИОТ – 007-23

1. Общие требования охраны труда

- 1.1. Настоящая инструкция по охране труда для инструктора по физической культуре разработана в соответствии с Приказом Минтруда России от 29 октября 2021 года № 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда», Постановлениями Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года № 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 января 2021 года № 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 Трудового кодекса Российской Федерации и иными нормативными правовыми актами по охране труда.
- 1.2. Самостоятельно работать инструктором по физкультуре разрешается лицам в возрасте не моложе 18, имеющие образование, соответствующее требованиям к квалификации (профстандарта) по своей должности; изучившие инструкцию по охране труда, прошедшие необходимую подготовку, инструктаж по охране труда, медосмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.3. Инструктор по физкультуре должен соблюдать Устав ДОУ, Правила внутреннего трудового распорядка, свою должностную инструкцию, настоящую инструкцию по охране труда, знать места расположения первичных средств пожаротушения, направления эвакуации при пожаре, а также расположение аптек первой помощи.
- 1.4. В процессе работы возможно воздействие на инструктора по физической культуре 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).
- 1.5. Перечень возможных профессиональных рисков и опасностей:
 - получение механических травм при занятиях с использованием неисправных, загрязнённых, влажных спортивных снарядов и (или) спортивного оборудования (инвентаря);
 - получение механических травм при занятиях без страховки, в том числе без использования гимнастических матов;
 - получение тепловых ударов во время занятий вне помещений в летний период или переохлаждение во время занятий вне помещений в зимний период;
 - поражение электрическим током при использовании неисправных технических средств обучения, иных электроприборов;
 - заболевание вирусными инфекциями, переносчиками которых могут являться заболевшие воспитанники, их родители (законные представители) или сотрудники ДОУ;
 - нарушение остроты зрения при недостаточном освещении спортивного зала;
 - физическое переутомление.
- 1.6. Инструктор по физической культуре использует следующую спецодежду: в спортивном зале – лёгкий спортивный костюм, лёгкая удобная обувь на нескользкой подошве; вне помещения – утеплённый спортивный костюм, перчатки, утеплённая удобная обувь на нескользкой подошве и спортивная шапочка.
- 1.7. В спортзале детского сада должен быть обязательно установлен комнатный термометр для наблюдений за температурным режимом.
- 1.8. Инструктор по физкультуре строго соблюдает требования инструкции по охране жизни и здоровья детей, систематически контролирует соблюдение детьми правил и требований охраны труда, безопасного поведения.

- 1.9. В ходе работы инструктор по физкультуре должен строго соблюдать правила личной гигиены, поддерживать чистоту рабочего места, контролировать исправность спортоборудования, соблюдать гигиенические требования к организации и проведению воспитательно-образовательного процесса с детьми.
- 1.10. В случае травмирования уведомить непосредственного руководителя любым доступным способом в ближайшее время. При обнаружении повреждений спортивного оборудования и инвентаря изъять его или ограничить к нему доступ, сообщить заместителю заведующего по хозяйственной работе и не использовать до полного устранения всех выявленных недостатков.
- 1.11. Инструктор по физкультуре, допустивший невыполнение или любое нарушение настоящей инструкции по охране труда, привлекается к дисциплинарной ответственности согласно Правилам внутреннего трудового распорядка и, если необходимо, проходит внеочередную проверку знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования охраны труда перед началом работы

- 2.1. Включить всё освещение спортзала и удостовериться в исправности работы светильников. Минимальное освещение спортивного зала должно быть не менее 200 лк. (13 Вт/кв.м.).
- 2.2. Проверить эвакуационные пути и выходы на соответствие их требованиям пожарной безопасности.
- 2.3. Удостовериться в исправности электрического оборудования спортзала: светильники должны быть крепко закреплены на потолке и иметь светорассеивающую арматуру; электрические коммутационные коробки должны закрываться крышками, а электрические розетки должны закрываться фальшвилками; корпуса и крышки выключателей и розеток должны быть без трещин и сколов, а также не иметь оголенных контактов.
- 2.4. Прежде чем использовать в работе электрические приборы, оргтехнику, аудио-видеоаппаратуру необходимо убедиться в их исправности и проверить целостность подводящих кабелей и электрических вилок.
- 2.5. Провести осмотр санитарного состояния спортзала и проветрить помещение, открыв окна или фрамуги и двери. Открытые окна зафиксировать крючками, а фрамуги должны фиксироваться ограничителями. Проветривание следует закончить за 30 мин. до прихода воспитанников.
- 2.6. Подготовить к работе требуемый спортивный инвентарь и оборудование.
- 2.7. Для предотвращения падений и получения травм детьми удостовериться в том, что ковры и дорожки неподвижно закреплены на полу, а спортивный инвентарь в исправном состоянии и надежно закреплен.
- 2.8. Температура воздуха в спортивном зале должна быть в диапазоне 19-21°C, а относительная влажность – 40-60%.
- 2.9. Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале (см. Приложение № 1).
- 2.10. Перед началом занятий на спортплощадке надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользящей подошвой, соответственно сезону и погоде.
- 2.11. Осмотреть спортивную площадку на наличие колющих и режущих предметов.

3. Требования охраны труда во время работы

- 3.1. Самостоятельно и (или) при помощи медицинского работника произвести внешний осмотр воспитанников на предмет отстранения от занятий тех из них, чей внешний вид

- и (или) иные имеющиеся у них признаки позволяют предположить наличие инфекционных или иных заболеваний, болезненных состояний.
- 3.2. Соблюдать дисциплину и порядок при занятиях физкультурой, контролировать выполнение воспитанниками всех распоряжений инструктора.
 - 3.3. Запрещать детям детского сада самовольно уходить с места проведения занятия.
 - 3.4. Во избежание получения травмы воспитанниками, во время учебного занятия инструктор:
 - демонстрирует воспитанникам безопасные приёмы владения телом (в том числе с использованием исправных спортивных снарядов и спортивного оборудования (инвентаря));
 - перед выполнением гимнастических упражнений обязательно проводит с воспитанниками небольшую разминку;
 - во время выполнения упражнений на шведской лестнице, и иных спортивных снарядах на высоте от пола обязательно страхует детей от падений, запрещает им самостоятельно без разрешения инструктора забираться на высоту;
 - при выполнении упражнения потоком (один за другим), следит за соблюдением дистанции между воспитанниками ДООУ, во избежание столкновений;
 - во время выполнения прыжков и соскоков внимательно следит за тем, чтобы дети приземлялись мягко на носки ступней, приседая пружинисто;
 - при проведении подвижных игр и соревнований, контролирует, чтобы не происходило столкновений между детьми, толчков и ударов по рукам и ногам.
 - 3.5. Во время занятий с применением музыкальной аппаратуры, технических средств обучения соблюдать меры безопасности от поражения электричеством:
 - не включать в электросеть и не отключать от нее устройство мокрыми или влажными руками;
 - соблюдать правильность последовательного включения и выключения оргтехники, технических средств обучения, не нарушать технологические процессы;
 - не оставлять включенные в электрическую сеть устройства без контроля.
 - 3.6. Соблюдать порядок и не загромождать спортзал, эвакуационные пути посторонними предметами.
 - 3.7. Для сохранения здорового микроклимата необходимо после каждого занятия проветривать помещение спортзала, проводить влажную уборку.
 - 3.8. Для предотвращения травмирования воспитанников необходимо строго соблюдать инструкцию по охране труда, быть внимательным и стараться предупредить травмирование при неправильном выполнении ребенком упражнения.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

- 4.1. В случае возникновения пожара незамедлительно вывести детей из спортзала, доложить о пожаре в ближайшую пожарную охрану по телефону 101 (112 – Единый номер вызова экстренных служб), заведующему ДООУ (при его отсутствии - другому должностному лицу) и начать тушение очага возгорания при помощи первичных средств пожаротушения.
- 4.2. При травмировании оказать первую помощь пострадавшему, воспользоваться помощью медсестры ДООУ, если потребуется вызвать «скорую помощь», доложить о происшествии родителям воспитанника (законным представителям) и заведующему ДООУ, при его отсутствии - секретарю (иному должностному лицу).
- 4.3. При плохом самочувствии воспитанника немедленно отстранить его от занятия и направить в распоряжение медицинского работника, после чего сообщить о случившемся воспитателю группы, заведующему ДООУ, при его отсутствии - секретарю (иному должностному лицу).

- 4.4. В случае поражения электрическим током незамедлительно выключить электричество и в случае остановки у пострадавшего дыхания и пульса сделать ему искусственное дыхание или непрямой (закрытый) массаж сердца до появления дыхания и пульса, вызвать «скорую помощь» по телефону 103.
- 4.5. При неисправностях спортивного снаряда или оборудования, при отсутствии возможности убрать его из спортзала, остановить занятие и доложить об этом заместителю заведующего ДОУ.

5. Требования безопасности по окончании работы

- 5.1. Отключить звуковое оборудование, ТСО от электросети.
- 5.2. Убрать в предназначенное место спортивный инвентарь и оборудование.
- 5.3. Проветрить спортзал, после чего запереть окна, фрамуги и отключить освещение.
- 5.4. Обо всех недостатках, замеченных в ходе работы, доложить заместителю заведующего по административно-хозяйственной работе детского сада.

6. Заключительные положения

- 6.1. Проверка и пересмотр настоящей инструкции осуществляются не реже одного раза в 5 лет.
- 6.2. Инструкция должна быть досрочно пересмотрена в следующих случаях: при пересмотре межотраслевых и отраслевых правил и типовых инструкций по охране труда; при изменении условий труда на конкретном рабочем месте; при внедрении новой техники и (или) технологий; по результатам анализа материалов расследования аварий, несчастных случаев и профессиональных заболеваний; по требованию представителей органов по труду субъектов Российской Федерации или органов федеральной инспекции труда.
- 6.3. Если в течение 5 лет со дня утверждения (введения в действие) настоящей инструкции условия труда не изменяются, то ее действие продлевается на следующие 5 лет.
- 6.4. Ответственность за своевременное внесение изменений и дополнений, а также пересмотр настоящей инструкции возлагается на специалиста в области охраны труда.

Ознакомлен:

подпись

Ф.И.О.

подпись

Ф.И.О.

подпись

Ф.И.О.

Микроклиматические показатели, при которых проводятся занятий физической культурой на открытом воздухе в холодный период года по климатическим зонам

согласно СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»

Климатическая зона	Возраст обучающихся	Температура воздуха, °С		
		без ветра	при скорости ветра до 5 м/с	при скорости ветра 6-10 м/с
Северная часть Российской Федерации	до 12 лет	-10-11	-6-7	-3-4
	12 - 13 лет	- 12	-8	-5
	14 - 15 лет	- 15	-12	-8
	16 - 17 лет	- 16	- 15	-10
Заполярье	до 12 лет	-11 -13	-7-9	-4-5
	12 -13 лет	-15	-11	-8
	14 - 15 лет	-18	- 15	- 11
	16 - 17 лет	-21	- 18	-13
Средняя полоса Российской Федерации	до 12 лет	-9	-6	-3
	12 -13 лет	-12	-8	-5
	14 - 15 лет	- 15	- 12	-8
	16 - 17 лет	- 16	-15	-10