

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ГБПОУ «ЮУГК»

В.Г.Лапин

« 14 » октября 2022 г.

## ИНСТРУКЦИЯ

### ПО ОХРАНЕ ТРУДА

Для руководителя (преподавателя) по физической  
культуре

ИОТ- 038 - 2022

**Инструкция  
по охране труда  
для руководителя (преподавателя) по физической культуре  
ИОТ - 038 - 2022**

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К самостоятельной работе руководителем (преподавателем) по физической культуре допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, прошедшие соответствующую подготовку, инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При работе руководитель (преподаватель) по физической культуре должен соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, установленные режимы труда и отдыха.

1.3. При проведении занятий в спортивном зале возможно воздействие на работающих и обучающихся следующих опасных факторов:

- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности зала для гимнастических занятий;
- травмы при падении обучающихся во время проведения подвижных игр и гимнастических упражнений;
- поражение электрическим током при использовании неисправных электрических аппаратов.

1.4. В спортивном зале для должен быть вывешен комнатный термометр для контроля температурного режима.

1.5. Работающие обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и направления эвакуации при пожаре.

1.6. При несчастном случае немедленно сообщить об этом руководителю подразделения учреждения.

1.7. В процессе работы соблюдать правила личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место.

1.8. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

**2. Требования безопасности перед началом занятий**

2.1. Включить полностью освещение спортивного зала для и убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность должна быть: при люминесцентных лампах не менее 200 лк. (13 вт./кв. м.), при лампах накаливания не менее 100 лк. (32 вт./кв. м.).

2.2. Убедиться в исправности электрооборудования спортивного зала для гимнастических занятий: светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; электрические коммутаци-

онные коробки должны быть закрыты крышками, а электророзетки - фальшвилками; корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

2.3. При использовании на занятиях электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов убедиться в их исправности и целостности подводящих кабелей и электровилок.

2.4. Проверить санитарное состояние спортивного зала для занятий и проветрить его, открыв окна или фрамуги и двери. Окна в открытом положении фиксировать крючками, а фрамуги должны иметь ограничители. Проветривание закончить за 30 мин. до прихода обучающихся.

2.5. Убедиться в том, что температура воздуха в зале для гимнастических занятий не ниже 19°C.

2.6. Во избежание падения и травмирования обучающихся убедиться в том, что ковры и дорожки надежно прикреплены к полу, а спортивный инвентарь исправен и надежно закреплен.

### **3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. Поддерживать дисциплину и порядок во время занятий, следить за тем, чтобы обучающиеся выполняли все указания руководителя.

3.2. Не разрешать обучающимся самовольно покидать место проведения занятия.

3.3. Перед выполнением гимнастических упражнений обязательно провести с обучающимися небольшую разминку.

3.4. При выполнении упражнений на шведской лестнице, других спортивных снарядах на высоте от пола обязательно страховать обучающихся от падения, не разрешать им самостоятельно без разрешения подниматься на высоту.

3.5. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы между детьми, чтобы не было столкновений.

3.6. При выполнении прыжков и соскоков следить за тем, чтобы обучающиеся приземлялись мягко на носки ступней, пружинисто приседая.

3.7. При проведении подвижных игр и соревнований следить за тем, чтобы не было столкновений между обучающимися, толчков и ударов по рукам и ногам.

### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При возникновении пожара немедленно эвакуировать обучающихся из зала для гимнастических занятий, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

4.2. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.

4.3. При поражении электрическим током немедленно отключить на-

пряжение и в случае отсутствия у пострадавшего дыхания и пульса сделать ему искусственное дыхание или провести непрямой (закрытый) массаж сердца до восстановления дыхания и пульса и отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение

### **5. Требования безопасности по окончании занятий**

- 5.1. Выключить электрические аппараты.
- 5.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.
- 5.3. Проветрить зал для гимнастических занятий, закрыть окна, фрамуги и выключить свет.

**Разработал:**

Специалист по охране труда



Уфимцев Б.М

К ПРИКАЗУ от 18.03.2022 г. № 227/к

Об изменениях и дополнениях к инструкции  
по охране труда ИОТ № 038-СЛ ,  
согласно приказа Минтруда РФ от  
29.10.2021года, № 772, во исполнение  
приказа директора ГБПОУ «ЮУГК» от  
18.03.2022 года № 227 /к

Раздел 1. Общие требования охраны труда.

1. Соблюдать правила внутреннего трудового распорядка.
2. Выполнять требования режима рабочего времени и времени отдыха.
3. Знать (при наличии) перечень вредных и опасных производственных факторов.
4. Пользоваться спец одеждой, спец обувью и другими СИЗ согласно единым нормам и норм выдачи СИЗ колледжа.
5. Соблюдать правила личной гигиены и эпидемиологические нормы.

Раздел 2. Требования охраны труда перед началом работы.

1. Подготовить рабочее место в установленном порядке.
2. Проверить исходные материалы.
3. Проверить СИЗ перед использованием. (при наличии)
4. Убедиться в исправности оборудования, аппаратуры, инструмента, приборов.

Раздел 3. Требования охраны труда во время работы.

1. Применять безопасные способы, приемы работ и обращения с исходными материалами.
2. Соблюдать безопасное содержание рабочего места.
3. Использовать СИЗ по назначению (при наличии).

Раздел 4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.

1. Извещать руководителя о ситуации, угрожающей жизни и здоровью работающих, о происшедших несчастных случаях и микротравмах в установленном порядке.
2. Знать перечень возможных аварийных ситуаций и их причинах, исходя из оценки профессиональных рисков.
3. Оказать, при необходимости, первую помощь пострадавшим.
4. Действовать во время аварий по нормативным регламентам.

Раздел 5. Требования охраны труда по окончанию работы.

1. Производить передачу смены в установленном порядке (при наличии передачи смены)
2. Соблюдать порядок отключение и остановки оборудования, приборов, машин.
3. Убрать отходы с рабочего места.
4. Соблюдать правила личной гигиены.
5. Известить руководителя о недостатках по охране труда, возникших в течении работы.

**Внимание! Ответственным по ОТ, руководителям подразделений.  
При проведении инструктажей и обучения доводить до подчинённых конкретную информацию на рабочих местах по перечисленным разделам.**

Специалист по ОТ



Уфимцев. Б.М.