


Краевое государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«Комсомольский-на-Амуре колледж технологий и сервиса»
(КГБ ПОУ ККТиС)

СОГЛАСОВАНО

Представитель работников

 / Н.Н. Коровенко

«01» сентября 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор колледжа

Г.А. Горбунова

«01» сентября 2022 г.

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда для преподавателя по физической культуре

ИОТ-1.32-2022

(обозначение)

1. Общие требования охраны труда

1.1. Настоящая инструкция разработана для преподавателя по физической культуре (далее – преподаватель, работник) Краевого государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Комсомольский-на-Амуре колледж технологий и сервиса» (далее – Колледж).

1.2. К работе преподавателем по физической культуре допускаются работники не моложе 18 лет, имеющие соответствующую группу по электробезопасности и прошедшие:

- инструктаж по охране труда;
- стажировку на рабочем месте;
- обучение по оказанию первой помощи пострадавшим;
- обучение требованиям охраны труда;
- проверку знаний требований охраны труда;
- медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.3. Преподаватель по физической культуре должен знать и соблюдать:

- требования должностной инструкции;
- требования настоящей инструкции;
- правила внутреннего трудового распорядка;
- правила пожарной безопасности, места расположения первичных средств пожаротушения;

- инструкцию по оказанию первой помощи пострадавшим, места расположения аптек первой помощи.

1.4. Преподаватель по физической культуре обязан соблюдать режимы труда и отдыха. Продолжительность ежедневной работы, перерывов для отдыха и приема пищи определяется трудовым договором. Работник должен выходить на работу своевременно, отдохнувшим, подготовленным к работе.

1.5. Для сохранения здоровья работник должен соблюдать личную гигиену:

- необходимо проходить в установленные сроки медицинские осмотры и обследования;

- перед и после приема пищи обязательно мыть руки теплой водой с мылом, использовать кожные антисептики после соприкосновения с загрязненными предметами, перед началом работы, после посещения туалета, перед приемом пищи;

- курить и принимать пищу разрешается только в специально отведенных для этой цели местах;

- запрещается употреблять воду из под крана.

1.6. По результатам специальной оценки условий труда на преподавателя по физической культуре возможно воздействие следующего опасного и вредного производственного фактора - напряженность трудового процесса.

1.7. Перечень профессиональных рисков и опасностей, которые могут воздействовать на работника в процессе работы:

- скользкие, обледенелые, мокрые опорные поверхности в помещениях и на территории колледжа;
- транспортное средство (наезд транспорта на человека на территории колледжа);
- стрессовые ситуации (выполнение педагогической (образовательной) деятельности);
- электрический ток;
- пожар.

При проведении занятий на улице:

- высокая влажность окружающей среды, в рабочей зоне, в том числе, связанная с климатом (воздействие влажности в виде тумана, росы, атмосферных осадков, конденсата, струй и капель жидкости);

- высокая или низкая скорость движения воздуха, в том числе, связанная с климатом.

1.8. Преподаватель по физической культуре проводит инструктаж обучающимся не реже одного раза в 6 месяцев (один раз в семестр) с соответствующей записью в «Журнале регистрации инструктажа обучающихся при допуске к учебе и работе за оборудованием учебных кабинетов, мастерских и лабораторий».

1.9. Преподаватель по физической культуре должен извещать любым доступным для этого способом заместителя директора по учебной работе (в случае его отсутствия – директора колледжа) (далее – руководитель) о:

- любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей (о неисправностях электропроводки, оборудования, приспособлений и инструмента, технических средств обучения, сантехнического оборудования, мебели, о нарушении целостности оконных стекол, об обнаружении оголенных проводов, о неисправности или отсутствии ограждения опасной зоны и пр.);

- нарушении работниками, обучающимися и другими лицами, участвующими в учебно - производственной деятельности колледжа, требований охраны труда;

- каждом несчастном случае, произошедшем во время выполнения работ;

- получении травмы, микротравмы;

- ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого заболевания.

1.10. Спортивный и тренажерный зал должны быть оснащены аптечкой первой помощи и первичными средствами пожаротушения.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Перед началом занятий преподаватель по физической культуре должен:

2.1.1. В раздевалках:

- включить полностью освещение и убедиться в исправной работе светильников;
- проверить устойчивость мебели;
- обеспечить аккуратную расстановку скамеек;
- проверить исправность сантехнического оборудования в душевых кабинах и туалетных комнатах.

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

2.1.2. В тренажерном зале:

- включить полностью освещение тренажерного зала и убедиться в исправной работе светильников;
- 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.

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

2.1.3. В спортивном зале:

- включить полностью освещение зала для гимнастических занятий и убедиться в исправной работе светильников;
- 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 брусьев;
- в местах соскоков со снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

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

2.1.4. 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.).

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

2.1.5. Перед проведением занятий на лыжах:

- проверить исправность лыжного инвентаря и подогнать крепление лыж к обуви (лыжные ботинки должны быть подогнаны по размеру ноги).

Запрещается катание на лыжах при обнаружении внезапной опасности на трассе.

2.2. Преподаватель по физической культуре должен убрать все лишние предметы, не используемые в работе.

2.3. В начале занятия преподаватель подробно инструктирует обучающихся безопасной технике выполнения упражнений, правилам проведения спортивных игр, соревнований.

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

2.5. Перед началом работы на персональном компьютере необходимо его осмотреть и убедиться в полной исправности, в том числе визуально проверить исправность электрического шнура, вилки и розетки, с помощью которых осуществляется питание.

2.6. Преподаватель по физической культуре должен лично убедиться в том, что все меры, необходимые для обеспечения безопасности обучающихся, выполнены.

2.7. Преподаватель по физической культуре не должен приступать к работе, если у него имеются сомнения в обеспечении безопасности при выполнении предстоящей учебной работы.

3. Требования охраны труда во время работы

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

3.2. Во время работы преподавателю следует быть внимательным, не отвлекаться от выполнения своих обязанностей.

3.3. Во время работы преподавателю 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.

3.4. Преподаватель должен включать учебное оборудование в работу в той последовательности, которая определена инструкцией по эксплуатации.

3.5. 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.

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

3.7. Во избежание пожара в помещении, где проводятся занятия, запрещается курить, зажигать спички, пользоваться огнем и открытыми электронагревательными приборами.

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

3.9. Во время проведения занятий по физической культуре необходимо:

- 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 во избежание столкновений.

3.10. Запрещается:

- допускать занятие обучающихся в отсутствие руководителя физического воспитания, преподавателя по физической культуре;
- заниматься на тренажерах в отсутствие руководителя физического воспитания, преподавателя по физической культуре;
- допускать обучающихся к занятиям без спортивной формы и обуви;
- выполнять упражнения на неисправных, непрочно установленных и ненадежно закрепленных тренажерах, спортивном оборудовании;
- выполнять упражнения на спортивных снарядах без руководителя физического воспитания, преподавателя по физической культуре, а также без страховки;
- выполнять упражнения на спортивных снарядах с влажными руками;
- стоять близко к спортивному снаряду при выполнении упражнений другим обучающимся;
- проводить занятия без разминки;
- допускать до занятий обучающихся, имеющих медицинские противопоказания;
- производить работы, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном употреблением наркотических средств, психотропных или

токсических веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные или токсические вещества на рабочем месте или в рабочее время.

3.11. Придерживаться правил передвижения в помещениях и на территории колледжа:

- во время ходьбы контролировать изменение окружающей обстановки;
- ходить по коридорам и лестничным маршам, придерживаясь правой стороны;
- при передвижении по лестничным пролетам соблюдать осторожность, не наклоняться за перила, не перешагивать и не перепрыгивать через ступеньки;
- во время ходьбы необходимо постоянно обращать внимание на состояние пола (неровности, скользкие места - обходить их и остерегаться падения). Во избежание поскользывания и падения полы должны быть сухими и чистыми;
- не проходить ближе 1,5 метра от стен здания колледжа.

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

3.13. Преподаватель должен поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте:

- отходы бумаги, скрепок и т.д. следует своевременно удалять с рабочего стола;
- содержать в порядке и чистоте рабочее место, не допускать загромождения коробками, сумками, папками, книгами и прочими предметами;
- своевременно обращаться к заместителю директора по АХР/ заведующему хозяйством для принятия мер по уборке помещений (разбитое стекло, разлитая вода и т.д.).

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При выполнении работ возможно возникновение следующих аварийных ситуаций:

- поражение электрическим током по причине неисправности электрического оборудования;
- технические проблемы с оборудованием по причине высокого износа оборудования;
- возникновение очагов пожара по причине нарушения требований пожарной безопасности.

4.2. При возникновении любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей (возникновение короткого замыкания в электросети, появление искрения или обрыв проводов, появление запаха тлеющей изоляции электропроводки, засорение канализации, неисправности используемого оборудования, мебели, угроза падения предметов (потолочная плитка, неисправная мебель и пр.), разрушение конструкций (разбитые стекла в дверных и оконных проемах, отслоение штукатурки, кирпичной кладки, коррозия металлических конструкций и пр.) и др.), работник обязан:

- прекратить работу, отключить используемое оборудование;
- сообщить любым доступным способом руководителю для принятия мер по устранению аварийной ситуации;
- предупредить работающих и обучающихся об опасности;
- покинуть вместе с обучающимися опасную территорию.

4.3. При обнаружении пожара или признаков горения в здании, помещении (задымление, запах гари, повышение температуры воздуха и др.) необходимо:

- прекратить работу;
- немедленно сообщить об этом по телефону в пожарную охрану (по телефону 112) с указанием наименования объекта защиты, адреса места его расположения, места возникновения пожара, а также фамилии сообщаемого информацию;
- принять меры по эвакуации людей;

- принять меры по тушению пожара в начальной стадии (при условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей).

4.4. При ухудшении состояния своего здоровья, в том числе проявлении признаков заболевания необходимо сообщить руководителю.

4.5. При несчастном случае, получении травмы необходимо:

- прекратить работу;
- освободить пострадавшего от травмирующего фактора (если это не угрожает вашей жизни и здоровью);
- немедленно вызвать скорую помощь;
- оказать первую помощь пострадавшему;
- сообщить руководителю о случившемся;
- 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;
- оказать содействие при проведении расследования несчастного случая.

Оказание первой помощи осуществлять согласно инструкции по оказанию первой помощи пострадавшим.

5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. По окончании работы преподаватель должен выключить учебное оборудование и отсоединить сетевой шнур от электрической сети (в случае использования).

5.2. Преподаватель должен привести в порядок свое рабочее место, убрать спортивный инвентарь и оборудование в отведенное место, выключить свет.

5.3. По окончании работ работник должен вымыть руки теплой водой с мылом.

5.4. Об окончании работы и обо всех недостатках, обнаруженных во время работы, известить своего непосредственного руководителя.

Разработал:
Специалист по охране труда



Гладун Т.В.

Согласовано:
Заместитель директора по УР
Руководитель физического воспитания



Гринева О.В.



Шурыгина Ю.В.