



**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
ХАНТЫ - МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ  
Бюджетное учреждение профессионального образования Ханты-Мансийского  
автономного округа – Югры  
«Междуреченский агропромышленный колледж»**

Утверждаю:  
Директор  
БУ «Междуреченский агропромышленный колледж»  
М.Л. Адамович  
« 19 » ноября 2022 года

Согласовано:  
Председатель первичной профсоюзной организации  
Полякова М.В. Полякова  
« 19 » ноября 2022 года

## Инструкция ИОТ № 55

### ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ДЛЯ РУКОВОДИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ

2022г.

Настоящая инструкция разработана в соответствии с действующим законодательством и нормативно-правовыми актами в области охраны труда и может быть дополнена иными дополнительными требованиями применительно к конкретной должности или виду выполняемой работы с учетом специфики трудовой деятельности в БУ «Междуреченский агропромышленный колледж») (далее - Колледже) и используемых оборудования, инструментов и материалов. Проверку и пересмотр инструкций по охране труда организует работодатель. Пересмотр инструкций должен производиться не реже одного раза в 5 лет.

## **1. Общие требования охраны труда**

1.1. Настоящая Инструкция предусматривает основные требования по охране труда для руководителя физического воспитания.

1.2. Руководителю физического воспитания необходимо выполнять свои обязанности в соответствии с требованиями настоящей Инструкции.

1.3. К работе в качестве руководителя физического воспитания в могут быть допущены лица, имеющие специальное педагогическое образование, подтвержденное документом установленной формы (дипломом).

При поступлении на работу в БУ «Междуреченский агропромышленный колледж» все работники должны пройти предварительный медицинский осмотр, при последующей работе медосмотры проводятся периодически в сроки, установленные Министерством здравоохранения и социального развития РФ, пройти вводный и первичный инструктаж по охране труда, а так же обучение по охране труда.

1.4. К занятиям физическими упражнениями допускаются дети прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.5. Обучающиеся должны соблюдать правила использования физкультурного оборудования, установленные режимы занятий и отдыха.

1.6. При проведении занятий физическими упражнениями возможно воздействие на обучающихся, следующих опасных факторов:

- травма при использовании неисправного, непрочного установленного и не закрепленного спортивного оборудования и инвентаря;
- травмы при нарушении правил использования спортивного оборудования и инвентаря;
- нарушение остроты зрения при недостаточном освещении спортивного зала;
- травмы при падении детей во время проведения подвижных игр и упражнений;
- получение повреждений и заболеваний в случае перетаскивания воспитанниками тяжелого спортивного оборудования;
- поражение электрическим током при использовании неисправных электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов.
- травмы при неправильном определении оптимального объема физической нагрузки, а также при нарушениях установленных режимов занятий и отдыха.

Для реализации индивидуально-дифференцированного подхода следует распределить детей на две подгруппы, учитывая три основных критерия: состояние здоровья, уровень физической подготовленности, уровень двигательной активности.

Первую подгруппу составляют практически здоровые дети, имеющие средний и высокий уровень двигательной активности и хорошую физическую подготовленность.

Во вторую подгруппу включают детей второй и третьей групп здоровья и с низким уровнем двигательной активности и слабой физической подготовленности.

1.7. Занятия в спортивном зале необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

1.8. Во время занятий обучающиеся должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

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

1.10. Спортивный зал должен быть оснащен аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

1.11. Руководитель физического воспитания и обучающиеся должны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Спортивный зал должен быть оснащен огнетушителем, автоматической системой пожаротушения и приточно-вытяжной вентиляцией.

1.12. Спортивное оборудование должно быть обеспечено инструкцией по охране труда проведения занятий.

1.13. О каждом несчастном случае с обучающимися руководитель физического воспитания или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить администрации Колледжа и принять меры по оказанию первой помощи пострадавшему.

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

1.15. Руководитель физического воспитания должен:

- соблюдать правила внутреннего трудового распорядка и установленный режим труда и отдыха;
- выполнять работу, входящую в его обязанности или порученную администрацией, при условии, что он обучен правилам безопасного выполнения этой работы;
- применять безопасные приемы выполнения работ;
- уметь оказывать первую помощь пострадавшим.

1.16. Курить и принимать пищу разрешается только в специально отведенных для этой цели местах.

## **2. Требования охраны труда перед началом работы**

2.1. Надеть предусмотренную спортивную форму и обувь. Форма должна быть застегнута.

2.2. Включить полностью освещение и убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность должна быть: не менее 200 лк (13 Вт/кв.м) при люминесцентных лампах не менее 100 лк (32 Вт/кв.м) при лампах накаливания.

2.3. Тщательно проверить санитарное состояние спортивного зала.

2.4. Перед занятием проветрить спортивный зал, 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. Проверить исправность и надежность установки спортивного оборудования и инвентаря.

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

2.7. Спортивный инвентарь должен размещаться так, чтобы избежать его падений на воспитанников.

2.8. Протереть насухо спортивный инвентарь необходимый для данного занятия.

2.9. Провести целевой инструктаж обучающихся по безопасным приемам проведения занятий физическими упражнениями в спортивном зале.

2.10. Проверить работоспособность ПЭВМ, иных электроприборов, а также средств связи, находящихся в кабинете руководителя физического воспитания. Проветрить кабинет.

2.11. Проверить безопасность рабочего места на предмет стабильного положения и исправности мебели, стабильного положения находящихся в сгруппированном положении документов, а также проверить наличие в достаточном количестве и исправность канцелярских принадлежностей.

## **3. Требования охраны труда во время работы.**

3.1. При работе руководитель физического воспитания должен:

- соблюдать правила личной гигиены.
- исключить пользование неисправным электроосвещением, неработоспособными ПЭВМ, иными электроприборами, а также средствами связи, находящимися в кабинете.
- поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте, не загромождать его бумагами, книгами и т.п.
- соблюдать правила пожарной безопасности.
- наглядные пособия использовать только в исправном состоянии, с соблюдением правил техники безопасности и утвержденных методик.

3.2. Все занятия по обучению обучающихся основным видам движений должны составляться согласно педагогическим принципам и по своему содержанию должны соответствовать возрастным особенностям занимающихся, их физической подготовленности, уровню здоровья.

Структура занятий должна соответствовать современным требованиям построения и проведения учебно-оздоровительных занятий по физической культуре.

За основу построения занятия принято деление его на три части: подготовительную, основную, заключительную.

Наличие этих частей и расположение их только в этой последовательности обеспечивается биологическими закономерностями функционирования организма, определяющими его работоспособность и логикой развертывания учебно-воспитательного процесса в двигательной деятельности.

3.3. Не выполнять упражнения на неисправном оборудовании и с поломанным инвентарем.

3.4. Соблюдать дисциплину и порядок, следить за тем, чтобы обучающиеся выполняли все указания руководителя физического воспитания.

3.5. Начинать выполнение упражнений и заканчивать их только по команде преподавателя или руководителя физического воспитания.

3.6. Не разрешать обучающимся самовольно покидать место проведения занятия.

3.7. Не оставлять обучающихся одних в спортивном зале.

3.8. Во время занятия выбирать место так, чтобы все обучающиеся были видны.

3.9. При ходьбе и беге в колонне по одному соблюдать дистанцию в два шага.

3.10. Убрать с дороги все предметы мешающие идти, бежать.

3.11. При выполнении упражнений потоком соблюдать достаточный интервал между обучающимися, чтобы не было столкновений.

3.12. При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке.

3.13. Во избежание столкновений у обучающихся исключить при беге резко "стопорящую" остановку.

3.14. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов приземляться мягко, пружинисто приседая. В местах соскоков со снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

3.15. Прыгать только в спортивной обуви.

3.16. Страховать ребенка вместе приземления.

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

3.18. При прыжках в длину с места, с продвижением вперед на одной, двух ногах давать указание прыгать "мягко", "тихо" на носках.

3.19. Не разрешать обучающимся спрыгивать с большой высоты.

3.20. При выполнении упражнений по метанию посмотреть, нет ли обучающихся в секторе метания.

3.21. Упражнения по метанию выполнять только по сигналу преподавателя или руководителя физического воспитания.

3.22. Не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.

3.23. Не стоять справа от метящего, не находиться в зоне броска, не ходить за снарядами для метания без разрешения руководителя физического воспитания или преподавателя.

3.24. Не подавать снаряд для метания друг другу броском.

3.25. При выполнении упражнений в равновесии, на гимнастической скамейки, напомнить обучающимся правила поведения на спортивном снаряде (не толкаться, не подгонять друг друга, не обгонять, если теряешь равновесие, не держись за товарища, а сойди со снаряда).

3.26. В место прыгивания обучающегося постелить мат. Страховать при необходимости, продвигаясь вдоль скамейки.

3.27. Чтобы не получить челюстно-лицевую травму, при ползании по гимнастической скамейки следить за постановкой рук (обхватить ее с боку так, чтобы большой палец был сверху, а остальные пальцы под скамейкой). Правильно принимать исходное положение (с начало поставить руки на скамейку, затем ноги) и сходиться со снаряда после выполнения упражнений (с начало поставить ноги на пол, затем выпрямиться).

3.28. При лазании по шведской стенке обязательно страховать обучающихся от падения, не разрешать им самостоятельно подниматься на высоту.

3.29. При лазании не провисать, не висеть на одной руке, лазать не пропуская реек, не прыгивать с высоты, руки отпускать тогда, когда обе ноги будут стоять на полу.

3.30. Вдоль шведской стенки расстелить маты, встать справа от обучающегося, оказывая помощь при необходимости, следить за правильным хватом рук, постановкой стопы на рейку.

3.31. Обучить обучающихся страховке.

3.32. При лазании по веревочной лестнице см. выше п.3.28, 3.29, 3.30.

3.33. Если у обучающегося запутались ноги в веревочной лестнице, у него устали руки, он должен немедленно сказать об этом руководителю физического воспитания или преподавателю.

3.34. При работе с гимнастическими палками соблюдать дистанцию при выполнении упражнений, палками не драться, не махать, держать их в двух руках внизу или на плече как "ружье" (палку поставить на ладонь правой руки опущенной вниз, левой рукой прижать к правому плечу) при объяснении задания или перестроения.

#### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях.**

4.1. При любых признаках предаварийной ситуации (запах жженой изоляции, дым, крики обучающихся, запах газа и др.) преподаватель должен оценить возникшую обстановку.

4.2. Руководитель физического воспитания или преподаватель в предаварийной ситуации должен обеспечить безопасность обучающихся и оказание им при необходимости помощи.

Руководитель физического воспитания или преподаватель должен проверить наличие обучающихся по списку в месте сбора, если пришлось покинуть помещение для занятий.

4.3. О предаварийной ситуации (аварийной ситуации) обязательно поставить в известность руководителя организации или представителя администрации Колледжа.

4.4. В условиях развивающейся аварийной ситуации нужно по указаниям директора Колледжа (или его представителя) с обязательным соблюдением мер личной безопасности.

4.5. Действовать в аварийной ситуации нужно по указаниям директора Колледжа (или его представителя) с обязательным соблюдением мер личной безопасности.

4.6. Эвакуировать обучающихся из здания следует быстро, но без паники и суеты, не допускать встречных и пересекающихся потоков людей.

## **5. Требования охраны труда после окончания работ.**

5.1. Проветрить спортивный зал.

5.2. Привести в порядок рабочее место.

5.3. Выключить электроприборы, ПЭВМ.

5.4. Выключить электроосвещение, закрыть спортивный зал, кабинет, использовавшееся для проведения мероприятия помещение на ключ.

5.5. Проверить наличие и исправность спортивного инвентаря и оборудования, поместить их для хранения в место, исключая несанкционированный доступ к нему сторонних лиц.

5.6. Обо всех заслуживающих внимания недостатках, отмеченных во время работы, сообщить соответствующему заместителю директора по общим вопросам либо, в отсутствие последнего, непосредственно руководителю.

Разработал:  
Заместитель директора  
Карпова А.В.

Согласовал:  
Специалист по ОТ  
Сафин С.О.

