


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
МБОУ «Северская гимназия»

Согласовано	Утверждаю
<p>Уполномоченный трудового коллектива МБОУ «Северская гимназия» по охране труда</p> <p> _____ Т.А. Петлина «__» _____ 2022 г.</p>	<p>Директор МБОУ «Северская гимназия»</p> <p> _____ С.В.Высоцкая «__» _____ 2022 г.</p> 

**ИНСТРУКЦИЯ**  
по охране труда для учителя физики  
ИОТ № 019-2023

ЗАО Северск  
2022 г.

## 1. Общие требования охраны труда

1.1. Настоящая инструкция 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, разрабатываемых работодателем», постановлениями Главного государственного санитарного врача России от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и от 28.01.2021 № 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. Данная инструкция устанавливает требования охраны труда перед началом, во время и по окончании работы сотрудника, выполняющего обязанности учителя физики гимназии, требования охраны труда в аварийных ситуациях, определяет безопасные методы и приемы работы на рабочем месте.

1.3. Инструкция по охране труда составлена в целях обеспечения безопасности труда и сохранения жизни и здоровья учителя физики гимназии при выполнении им своих трудовых обязанностей и функций.

1.4. К выполнению обязанностей учителя физики гимназии допускаются лица, имеющие образование, соответствующее требованиям к квалификации по своей должности (профстандарт), соответствующие требованиям, касающимся прохождения предварительного и периодических медицинских осмотров, внеочередных медицинских осмотров по направлению работодателя, обязательного психиатрического освидетельствования (не реже 1 раза в 5 лет), профессиональной гигиенической подготовки и аттестации (при приеме на работу и далее не реже 1 раза в 2 года), вакцинации и имеющие личную медицинскую книжку 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. Учитель физики гимназии проходит в установленном порядке вводный и первичный инструктаж на рабочем месте по охране труда до начала самостоятельной работы, а также повторные, внеплановые и целевые инструктажи по охране труда в случаях, установленных Порядком обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций, утвержденным постановлением Правительства РФ от 24.12.2021 № 2464 «О порядке обучения по охране труда и проверки знания требований охраны труда».

1.6. Учитель физики гимназии должен пройти вводный и первичный на рабочем месте противопожарные инструктажи по мерам пожарной безопасности с учетом требований нормативных правовых актов Российской Федерации, повторные, внеплановые и целевые инструктажи в случаях, установленных приказом МЧС России от 18.11.2021 № 806, вводный инструктаж по гражданской обороне и ежегодный инструктаж по чрезвычайным ситуациям, а также обучение и проверку знаний правил электробезопасности в объеме должностных обязанностей с присвоением 1 квалификационной группы допуска по электробезопасности.

1.7. Учитель физики гимназии обязан соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка, Устав гимназии, установленные ими режимы труда и отдыха.

1.8. Должность учителя физики гимназии по данным СОУТ относится к **2 классу условий труда (допустимые)**. В процессе работы возможно воздействие **профессиональных рисков и опасных факторов:**

- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности рабочего места, а также зрительное утомление при длительной работе с документами и компьютером;

- поражение электрическим током при прикосновении к токоведущим частям с нарушенной изоляцией или заземлением, при использовании неисправного персонального компьютера, оргтехники и иных электроприборов;

- снижение работоспособности и ухудшение общего самочувствия ввиду переутомления в связи с длительной для данного индивида фактической продолжительностью рабочего времени и интенсивностью протекания производственных действий;

- получение травм вследствие неосторожного обращения канцелярскими принадлежностями либо в виду использования их не по прямому назначению;

- повышенная и пониженная температура воздуха при осуществлении контроля выполнения работ на территории гимназии;

- отравление парами красок при нахождении в помещении, в котором проводятся ремонтные работы;

- эмоциональные перегрузки;

- высокая плотность эпидемиологических контактов;

- травмы при передвижении по зданию: поскользывание, потеря равновесия, спотыкание;

- получение психических и физических травм в связи с незаконными и неосторожными действиями учащихся, родителей, иных лиц, вступивших в прямой контакт с учителем для решения тех или иных вопросов производственного характера.

1.9. Учитель физики гимназии в целях выполнения требований охраны труда обязан:

- соблюдать требования охраны труда, пожарной и электробезопасности при выполнении работ;

- соблюдать требования производственной санитарии, правила личной гигиены;

- знать правила эксплуатации и требования безопасности при работе с компьютером и иной оргтехникой;

- знать способы рациональной организации рабочего места;

- иметь четкое представление об опасных и вредных факторах, связанных с выполнением работ на технических средствах обучения, оргтехнике, знать основные способы защиты от их воздействия;

- выполнять только ту работу, которая относится к должностным обязанностям, при создании условий безопасного ее выполнения;

- знать порядок действий при возникновении пожара и иной другой ЧС, эвакуации;

- уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;

- знать месторасположения аптечек первой помощи и уметь оказать первую помощь пострадавшему.

1.10. Особое внимание учителю физики следует обратить на требования безопасности труда при проведении лабораторных, практических работ и демонстрационных опытов с использованием:

- электрооборудования и приборов под напряжением;

- нагревательных приборов, оборудования и приспособлений;

- приборов и оборудования из стекла.

1.11. В случае травмирования (получения микротравмы) уведомить заместителя директора по учебно-воспитательной работе (основная школа) любым доступным способом в ближайшее время. При неисправности оборудования, мебели и иной оргтехники сообщить заместителю директора по АХР и не использовать до устранения всех недостатков и получения разрешения.

1.12. В целях соблюдения правил личной гигиены и эпидемиологических норм учитель физики должен:

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

- мыть руки с мылом, использовать кожные антисептики после соприкосновения с загрязненными предметами, перед началом работы, после посещения туалета, перед

приемом пищи;

- не допускать приема пищи в учебном кабинете;
- осуществлять проветривание учебного кабинета;
- соблюдать требования СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21, СП 3.1/2.4.3598-20.

1.13. Запрещается выполнять работу находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных или токсических веществ.

1.14. Лица, допустившие невыполнение или нарушение настоящей **инструкции по охране труда для учителя физики гимназии**, привлекаются к дисциплинарной ответственности и подвергаются внеочередной проверке знаний требований охраны труда, а в зависимости от последствий - и к уголовной; если последствия нанесли материальный ущерб - к материальной ответственности в установленном порядке.

## 2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Учитель физики гимназии должен приходить на работу заблаговременно для исключения спешки и, как следствие, падения и получения травмы.

2.2. Перед началом работы проверить исправность электроосвещения.

2.3. Убедиться в свободности выхода из кабинета.

2.4. Убедиться в безопасности своего рабочего места.

2.5. Проветрить кабинет.

2.6. Проверить работу ПК, оргтехники, технических средств обучения (далее - ТСО) электрооборудования.

2.7. Удостовериться, что температура воздуха соответствует требуемым санитарным нормам 18 -24 градусам, в теплый период года не более 28°C.

2.2. Визуально оценить состояние выключателей, включить полностью освещение в кабинете физики и убедиться в исправности электрооборудования:

- осветительные приборы должны быть исправны и надежно подвешены к потолку, иметь целостную светорассеивающую конструкцию и не содержать следов загрязнений;
- уровень искусственной освещенности в кабинете физики должен составлять не менее 300 люкс, в лаборантской - не менее 400 люкс;

- коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, корпуса выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов;
- визуально проверить на целостность и отсутствие повреждений электропроводки, подведенной к рабочим столам школьников и к демонстрационному столу учителя.

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

2.4. Удостовериться в наличии первичных средств пожаротушения и их доступности (огнетушители, песок, покрывало для изоляции очага возгорания), сроке пригодности огнетушителей, в наличии аптечки первой помощи и укомплектованности ее необходимыми медикаментами и перевязочными средствами.

2.5. Провести осмотр санитарного состояния кабинета физики.

2.6. Произвести сквозное проветривание учебного кабинета, открыв окна с ограничителями и двери. Воспользоваться приточно-вытяжной вентиляцией, при наличии.

2.7. Убедиться в свободности выхода из кабинета физики, проходов и соответственно в правильной расстановке мебели в учебном кабинете:

- между столами и стенами (светонесущей и противоположной светонесущей), а также между рядами столов - не менее 50 см;
- от учебной доски до первого ряда столов - не менее 240 см;
- удаленность от учебной доски до последнего ряда столов - не более 860 см;
- парты (столы) расставлены в следующем порядке: меньшие по размеру - ближе к доске, большие по размеру - дальше от доски, цветовая маркировка присутствует.

2.8. Убедиться в безопасности рабочего места, проверить на устойчивость и исправность мебель в кабинете физики, оценить покрытие столов и стульев, которое не должно иметь дефектов и повреждений.

2.9. Убедиться в наличии и исправности устройств заземления. Путем кратковременного включения удостовериться в наличии допустимого напряжения в розетках на рабочих местах обучающихся и учителя.

2.10. Убедиться в целостности и исправности учебных электроприборов, лабораторного оборудования.

2.11. 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 работы учителю физики необходимо соблюдать порядок в учебном кабинете, не загромождать свое рабочее место и места обучающихся, а также выход из кабинета и подходы к первичным средствам пожаротушения.

3.2. В целях обеспечения необходимой естественной освещенности учебного кабинета физики не ставить на подоконники цветы, не располагать тетради, учебники и иные предметы.

3.3. Наглядные пособия, учебные модели, электроприборы и лабораторное оборудование применять только в исправном состоянии, соблюдая правила безопасности, электробезопасности и утверждённые методики.

3.4. Для оказания помощи в подготовке и проведении демонстрационных опытов, лабораторных работ по физике привлекать лаборанта.

3.5. Запрещается применять приборы и устройства, не соответствующие требованиям безопасности труда, а также самодельные приборы. Не применять оборудование, приборы с открытыми токоведущими частями, провода и кабели с поврежденной изоляцией.

3.6. Запрещается использовать электрические приборы, которые не имеют указателей напряжения, на которое они рассчитаны, и их полярности.

3.7. Электрооборудование включать строго последовательно от общего выключателя к выключателям разветвлённых цепей.

3.8. Включать выпрямители только с нагрузкой.

3.9. Батареи щелочных аккумуляторов использовать согласно инструкции завода-производителя.

3.10. Для измерения напряжения и силы тока, измерительные приборы соединять проводниками с надёжной неповрежденной изоляцией, имеющими одно, двухполюсные вилки. Присоединять вилки к схеме одной рукой, другой рукой не прикасаться к шасси, корпусу прибора и другим электропроводящим предметам. Особое внимание уделять безопасности выполнения работ с печатными схемами, для которых характерны небольшие расстояния между соседними проводниками печатной платы.

3.11. Не превышать существующие пределы допустимых частот вращения на центробежной машине, универсальном электродвигателе, вращающемся диске, которые указаны в технических характеристиках. При демонстрации внимательно следить за исправностью всех креплений в приборах. В целях предотвращения травмирования обучающихся отлетевшими деталями, перед обучающимися установить защитный экран.

3.12. При эксплуатации источников высокого напряжения (электрофорная машина) необходимо соблюдать следующие меры предосторожности:

- не прикасаться к деталям и проводникам руками или токопроводящими предметами;

- перемещать высоковольтные соединительные проводники или электроды шарикового разрядника с помощью исправной изолированной ручки;

- после окончания работы необходимо разрядить конденсаторы, соединив их выводы разрядником или гибким изолированным проводом.

3.13. Запрещено самостоятельно ремонтировать неисправное электрооборудование и электроприборы.

3.14. Не оставлять без присмотра включенные электро- и радио- устройства.

3.15. Интерактивные доски, сенсорные экраны, информационные панели и иные средства отображения информации, а также компьютеры, ноутбуки, планшеты, моноблоки, иные электронные средства обучения (ЭСО) необходимо использовать в соответствии с инструкцией по эксплуатации и (или) техническим паспортом.

3.16. При использовании ЭСО выполнять мероприятия, предотвращающие неравномерность освещения и появление бликов на экране. Выключать или переводить в режим ожидания интерактивную доску и другие ЭСО, когда их использование приостановлено или завершено.

3.17. При использовании электронного оборудования, в том числе сенсорного экрана, клавиатуры и мыши, интерактивного маркера ежедневно дезинфицировать их в соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70% спирта.

3.18. Не использовать в помещении кабинета физики переносные отопительные приборы с инфракрасным излучением, а также кипятильники, плитки, электрочайники, не сертифицированные удлинители.

3.19. При использовании ЭСО и оргтехники учителю физики запрещается:

- смотреть прямо на луч света исходящий из проектора, прежде чем повернуться к классу лицом, необходимо отступить от интерактивной доски в сторону;

- прикасаться к работающему или только что выключенному мультимедийному проектору, необходимо дать ему остыть;

- включать в электросеть и отключать от неё электроприборы мокрыми и влажными руками;

- нарушать последовательность включения и выключения ЭСО, оргтехники и иных электроприборов, технологические процессы;

- размещать на электроприборах предметы (бумагу, ткань, вещи и т.п.);

- разбирать включенные в электросеть приборы;

- прикасаться к оголенным или с поврежденной изоляцией проводам;

- сгибать и защемлять кабели питания;

- оставлять без присмотра включенные электроприборы.

3.20. Во время перерывов между занятиями в отсутствие обучающихся проветривать кабинет физики, при этом оконные рамы фиксировать в открытом положении. Руководствоваться показателями продолжительности, указанными в СанПиН 1.2.3685-21:

Температура наружного воздуха, °С	Длительность проветривания помещений, мин.	
	Учебные кабинеты в малые перемены, мин	Учебные кабинеты в большие перемены, мин
от +10 до +6	4-10	25-35
от +5 до 0	3-7	20-30
от 0 до -5	2-5	15-25
от -5 до -10	1-3	10-15
ниже -10	1-1,5	5-10

3.21. Поддерживать дисциплину во время занятий, не разрешать ученикам самовольно уходить из кабинета без разрешения учителя, не оставлять обучающихся одних без контроля.

3.22. Учителю физики необходимо соблюдать правила передвижения в помещениях

и на территории школы:

- 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 общеобразовательной организации.

3.23. Соблюдать во время работы настоящую инструкцию по охране труда для учителя физики, инструкцию по охране труда при проведении экспериментов в кабинете физики, иные инструкции при выполнении работ и работе с оборудованием, установленный режим рабочего времени и времени отдыха.

3.24. При длительной работе с документами, тетрадями, 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:

- короткое замыкание в электроприборе;

- пожар, возгорание, задымление вследствие неисправности электроприборов, ЭСО и иной оргтехники, шнуров питания, при неаккуратном использовании сухого горючего и спиртовок;

- поражение электрическим током вследствие неисправности электроприборов, ЭСО и иной оргтехники, шнуров питания, отсутствия заземления;

- прорыв системы отопления, водоснабжения, канализации из-за износа труб;

- террористический акт или угроза его совершения.

4.2. Учитель физики обязан немедленно известить заместителя директора гимназии по УВР (основная школа) или директора гимназии:

- о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью обучающихся и работников гимназии;

- о факте возникновения групповых инфекционных и неинфекционных заболеваний;

- о каждом несчастном случае, произошедшем в гимназии;

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

4.3. В случае, если разбилось стеклянное оборудование, не собирать осколки незащищенными руками, а использовать для этой цели щетку и совок.

4.4. При коротком замыкании в электроприборе, ощущении действия тока необходимо обесточить электроприбор, воспользоваться огнетушителем.

4.5. Средства и действия, направленные на ликвидацию пожара, возникшего вследствие небрежного обращения со спиртовкой или сухим горючим, короткого замыкания в электроприборе:

- прекратить доступ кислорода, воздуха, закрыв спиртовку или сухое горючее специальным колпачком;

- обесточить электроприбор, воспользоваться огнетушителем.

4.6. В случае появления задымления или возгорания в учебном кабинете, учитель физики обязан немедленно прекратить работу, обесточить в распределительном щитке электрооборудование, вывести детей из кабинета - опасной зоны, вызвать пожарную охрану по телефону 01 (101 - с мобильного), оповестить голосом о пожаре и вручную задействовать

АПС (путем сработки ближайшего извещателя пожарного ручного, ИПР), сообщить директору гимназии. При условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей принять меры к ликвидации пожара в начальной стадии с помощью первичных средств пожаротушения. При использовании огнетушителей не направлять в сторону людей струю углекислоты или порошка. При пользовании углекислотным огнетушителем во избежание обморожения не брать рукой за раструб огнетушителя.

4.7. В случае получения травмы (микротравмы) учитель физики обязан прекратить работу, позвать на помощь, воспользоваться аптечкой первой помощи, поставить в известность директора гимназии (при отсутствии иное должностное лицо) и обратиться в медицинский пункт. При получении травмы иным работником или обучающимся необходимо оказать ему первую помощь. Вызвать медицинского работника гимназии, при необходимости, вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 03 (103) и сообщить о происшествии директору гимназии. Обеспечить до начала расследования сохранность обстановки на месте происшествия, а если это невозможно (существует угроза жизни и здоровью окружающих) - фиксирование обстановки путем составления схемы, протокола, фотографирования или иным методом.

4.8. При аварии (прорыве) в системе отопления, водоснабжения и канализации в кабинете физики необходимо вывести обучающихся из помещения, оперативно сообщить о происшедшем заместителю директора гимназии по административно-хозяйственной работе.

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. Отключить ЭСО и оргтехнику, учебные электроприборы от электросети. Отключение электрического оборудования производить в обратном порядке включения: от выключателей разветвлённых цепей к общему выключателю.

5.2. Отключить подачу электроэнергии на рабочие места обучающихся и учителя физики в электрораспределительном щитке

5.3. Воспользоваться помощью лаборанта. Физические приборы, лабораторное оборудование осмотреть на целостность и убрать в лаборантскую.

5.4. Внимательно осмотреть учебный кабинет физики. Убрать учебные и наглядные пособия, методические пособия и раздаточный материал в места хранения.

5.5. Проветрить учебный кабинет физики.

5.6. Удостовериться в том, что правила противопожарной безопасности в кабинете физики соблюдены, огнетушители находятся в установленных местах.

5.7. Проконтролировать проведение влажной уборки, а также вынос мусора из помещения учебного кабинета физики.

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

5.9. Сообщить непосредственному руководителю о недостатках, влияющих на безопасность труда, пожарную безопасность, обнаруженных во время работы.

5.10. При отсутствии недостатков закрыть учебный кабинет физики на ключ.

Заместитель директора МБОУ «Северская гимназия»  
по учебно-воспитательной работе (основная школа)

Заместитель директора МБОУ «Северская гимназия»  
по безопасности

Н.Ю.Атапина

О.Н.Неделюк



