



Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
МБОУ «Северская гимназия»

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

**ИНСТРУКЦИЯ**  
по охране труда для учителя физической культуры  
ИОТ № 023-2023

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 физической культуры 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 физической культуры гимназии при выполнении им своих трудовых обязанностей и функций.

1.4. К выполнению обязанностей учителя физической культуры 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 физической культуры 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 физической культуры 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 физической культуры гимназии обязан соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка, Устав гимназии, установленные ими режимы труда и отдыха.

1.8. Должность учителя физической культуры 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;
- травмирование при демонстрации упражнений на спортивных снарядах, имеющих дефекты или недостаточно закрепленных;
- травмирование при неаккуратном обращении со спортивным инвентарем;
- травмирование при беге по влажному полу спортивного зала;
- 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 с 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 физической культуры 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 аптек первой помощи и уметь оказать первую помощь пострадавшему.

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

1.11. В целях соблюдения правил личной гигиены и эпидемиологических норм учитель 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.

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

1.13. Лица, допустившие невыполнение или нарушение настоящей **инструкции по охране труда для учителя физической культуры 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 физической культуры гимназии должен приходить на работу заблаговременно для исключения спешки и, как следствие, падение и получение травмы.

2.2. Проверить исправность электроосвещения. Перед началом работы необходимо включить полностью освещение в спортивном зале и убедиться, что все светильники рабочие.

2.3. Проверить готовность и исправность спортивного инвентаря и оборудования с учетом требований к проводимому уроку по тем или иным видам спортивных занятий.

2.4. В случае обнаружения неполадок, несущих угрозу безопасности обучающихся, данный снаряд должен быть исключен из комплекса занятий и по возможности заменен другими снарядами или упражнениями.

2.5. Во время занятий спортивными играми, необходимо проверить влажность пола, накачку мячей, натяжение волейбольной сетки, крепление баскетбольных щитов и правильность разметки поля.

2.6. Перед занятиями гимнастикой проверить наличие матов, прочность крепления спортивных снарядов, канатов, целостность шведской стенки.

2.7. Во всех спортивных помещениях учитель физической культуры гимназии должен следить за температурным режимом, проветриванием, освещением. В спортивном зале в холодное время года температура должна быть 17 -20 градусов, в раздевальных комнатах 20-22 градусов, в теплый период года не более 28 градусов.

2.8. Занятия на воздухе и спортивных площадках проводить с учетом погодных условий и температурного режима с соответствующими требованиями к спортивной форме обучающихся при занятиях на улице. В дождливые дни занятия на воздухе не проводятся.

Предварительно учитель физической культуры гимназии проверяет:

- сухость беговой дорожки, футбольного поля, спортивных снарядов;
- исключение попадания инородных предметов, способных нанести травму, в прыжковую яму, на футбольное поле, спортивную площадку, полосу препятствий (стекла, камни, палки и др.).

2.9. Перед началом каждой новой темы, учитель физической культуры гимназии проводит инструктаж обучающихся, обучает безопасным правилам проведения упражнения, вида деятельности.

2.10. Учитель физической культуры гимназии сообщает обучающимся о безопасной организации занятий, о приемах и методах безопасного выполнения упражнений, о правилах использования специального спортивного оборудования, инвентаря.



2.11. Учитель физической культуры гимназии предупреждает о возможных опасных и неправильных способах выполнения упражнений, которые запрещено применять на уроках физкультуры.

2.12. Учитель физической культуры гимназии перед занятиями напоминает обучающимся правила обращения со спортивным инвентарем: мячами, скакалками, гимнастическими палками, обручами, гранатами для метания.

2.13. Учитель физической культуры гимназии напоминает обучающимся о правильной эксплуатации спортивных снарядов.

2.14. При обнаружении недостатков в работе оборудования или поломок мебели сообщить заместителю директора по АХР и не использовать данное оборудование и мебель до полного устранения недостатков.

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

3.1. Учитель физической культуры гимназии в обязательном порядке в начале занятия проводит инструктаж обучающихся по охране труда на уроках физической культуры, несет ответственность за всех обучающихся находящихся на уроке, как занимающихся, так и освобожденных по состоянию здоровья.

3.2. Учитель физической культуры гимназии четко ставит задачу на урок и следит за правильным её исполнением, исключая конфликтные ситуации во время уроков, возможность столкновения обучающихся друг с другом во время разминки, спортивных игр, перестроений.

3.3. Учитель физической культуры гимназии следит, чтобы обучающиеся на уроках были в спортивной форме и спортивной обуви, выполняли требования личной гигиены.

3.4. Учитель физической культуры гимназии следит за правильностью передач мяча во время игры и выполнением упражнений на спортивных снарядах с учетом подстраховки.

3.5. Учитель физической культуры гимназии в ходе работы предупреждает возникновение аварийных ситуаций:

- не курит в спортивных помещениях и на территории школы;
- следит за исправностью электрического оборудования;
- не оставляет обучающихся без присмотра;
- держит свободными аварийные выходы;
- знает план эвакуации во время возникновения чрезвычайной ситуации, а также порядок действий;
- умеет пользоваться средствами противопожарной безопасности;
- владеет приемами оказания первой помощи.

3.6. Следит за соблюдением порядка и дисциплины. Не оставляет обучающихся без присмотра во время занятий.

3.7. Осуществлять контроль ежедневной обработки спортивного инвентаря и матов в спортивном зале с использованием мыльно - содового раствора.

3.8. В случае возникновения технической неисправности снарядов, тренажеров, изменение метеорологической ситуации (дождь, снег, резкое похолодание, порывы ветра), нарушение санитарно-гигиенических норм, учитель физической культуры гимназии обязан остановить занятие и принять соответствующие меры.

3.9. Не выполнять действий, которые потенциально могут привести к несчастному случаю.

3.10. Необходимо придерживаться правил передвижения в помещениях и на территории гимназии:

- во время ходьбы быть внимательным, контролировать изменение окружающей обстановки;
- ходить по коридорам и лестницам, придерживаясь правой стороны, осторожно и не спеша;

- не ходить по мокрому полу;
- обращать внимание на неровности и скользкие места в помещениях и на территории гимназии, обходить их и остерегаться падения;
- не проходить ближе 1,5 метров от стен здания гимназии.

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

4.1. Перечень основных возможных аварий и аварийных ситуаций и причины, их вызывающие:

- пожар, возгорание, задымление вследствие неисправности в работе электроприборов, оборудования, проводки;
- неисправности мебели и приспособлений вследствие износа, порчи;
- прорыв системы отопления, водоснабжения, канализации из-за износа труб;
- террористический акт или угроза его совершения.

4.2. Незамедлительно сообщить директору гимназии (лицу исполняющему обязанности) любым доступным способом:

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

- о факте возникновения групповых инфекционных и неинфекционных заболеваний;
- о каждом произошедшем несчастном случае;
- об ухудшении состояния своего здоровья.

4.3. Действия при возникновении аварий и аварийных ситуаций:

4.3.1. В случае появления задымления или возгорания в спортивном зале, учитель физической культуры гимназии обязан немедленно прекратить работу, вывести детей из спортивного зала - опасной зоны, вызвать пожарную охрану по телефону 01 (101 - с мобильного), оповестить голосом о пожаре и вручную задействовать автоматическую пожарную сигнализацию (через ближайший извещатель пожарной ручной), 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.

4.3.2. При возникновении неисправности в работе электроприборов, оборудования (посторонний шум, искрение, запах гари), при обнаружении оголенных электропроводов, неисправных выключателей, штепсельных розеток, других возможных опасностей предупредить окружающих, немедленно отключить электрический прибор от электросети и сообщить о данной ситуации заместителю директора по АХР. Работу можно продолжать только после устранения указанных обстоятельств.

4.3.3. При возникновении неисправностей мебели и приспособлений прекратить их использование, сообщить об этом заместителю директора по АХР.

4.3.4. При аварии (прорыве) в системе отопления, водоснабжения и канализации в кабинете необходимо вывести обучающихся из помещения, оперативно сообщить о произошедшем заместителю директора по АХР.

4.3.5. При возникновении террористических актов или угрозе их совершения действовать в соответствии с рекомендациями по безопасности при чрезвычайных ситуациях, действующими в гимназии.

4.3.6. При временном прекращении подачи электроэнергии отключить от электросети средства оргтехники и прочее электрооборудование.

4.4. Действия по оказанию первой помощи пострадавшим при травмировании, отравлении и других повреждениях здоровья:

4.4.1. При получении обучающимся травмы оказать пострадавшему первую помощь самостоятельно или с помощью медицинского работника, проинформировать директора



гимназии, при необходимости вызвать скорую помощь по телефону 103, 112 и сообщить об этом родителям (законным представителям) обучающегося.

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.

4.4.2. При несчастных случаях с другими работниками оказать пострадавшему первую помощь самостоятельно или с помощью медицинского работника, при необходимости вызвать скорую помощь по телефону 103, 112.

4.8. В случае угрозы или возникновения очага опасного воздействия техногенного характера, угрозы или совершения террористического акта следует руководствоваться Планом эвакуации, инструкцией о порядке действий в случае угрозы возникновения ЧС террористического характера.

## 5. Требования охраны труда по окончании работы

5.1. Учитель физической культуры гимназии организует обучающихся для уборки спортивного оборудования в места его хранения.

5.2. Провести осмотр санитарного состояния спортивного зала, спортивной площадки, раздевалок.

5.3. Привести свое рабочее место в порядок.

5.4. По окончании занятий в спортивном зале проветрить помещение, проследить за своевременной его влажной уборкой.

5.5. Выключить электроосвещение и закрыть спортзал на ключ.

5.6. Сообщить заместителю директора по АХР обо всех неисправностях, замеченных во время работы, и мерах, принятых к их устранению.

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



И.Э.Харламова

Заместитель директора МБОУ «Северская гимназия»  
по безопасности

О.Н.Неделюк

О.Н.Неделюк  
77 25 34



