

СОГЛАСОВАНО

на собрании профсоюзного комитета
ГБДОУ детского сада №135 Невского
района Санкт-Петербурга
протокол от 14.12.2022 г. № 6

ПРИНЯТО

*на заседании Управляющего совета
государственного бюджетного дошкольного
образовательного учреждения детского сада №135
Невского района Санкт-Петербурга
протокол № 4 от 14.12.2022*

Введена в действие с 01.01.2023

приказ от 14.12.2022 № 83

УТВЕРЖДЕНО

приказом от 14.12.2022 г. № 83
Заведующий ГБДОУ № 135
Невского района Санкт-Петербурга
_____ Ю.Н. Петрова

**Инструкция
по охране труда для инструктора по физической культуре
ИОТ-010-2022**

1. Общие требования охраны труда

1.1. Настоящая инструкция разработана в соответствии с Приказом Минтруда России от 29.10. 2021г. № 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда», Постановлениями Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 г. №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 г. №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 для инструктора по физической культуре ДОУ устанавливает требования охраны труда перед началом, во время и по окончании работы сотрудника, выполняющего обязанности инструктора по физкультуре в детском саду, требования охраны труда в аварийных ситуациях, определяет безопасные методы и приемы выполнения работ на рабочем месте в физкультурном зале и на спортивной площадке. Инструкция разработана в целях обеспечения безопасности труда и сохранения жизни и здоровья воспитателя при выполнении им своих трудовых обязанностей.

1.3. К выполнению обязанностей инструктора по физической культуре ДОУ допускаются лица:

- имеющие образование, соответствующее требованиям к квалификации (профстандарта) по своей должности;
- соответствующие требованиям, касающимся прохождения предварительного (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров, внеочередных медицинских осмотров по направлению заведующего, обязательного психиатрического освидетельствования (не реже 1 раз в 5 лет), профессиональной гигиенической подготовки и аттестации (при приеме на работу и далее не реже 1 раза в 2 года), вакцинации, наличия личной медицинской книжки с результатами медицинских обследований и лабораторных исследований, сведениями о прививках, перенесенных инфекционных заболеваниях, о прохождении профессиональной гигиенической подготовки и аттестации с допуском к работе.

1.4. Инструктор по физической культуре при приеме на работу в ДОУ проходит в установленном порядке вводный инструктаж, первичный инструктаж на рабочем месте до начала самостоятельной работы, повторные инструктажи не реже одного раза в шесть месяцев, а также внеплановые и целевые в случаях, установленных Порядком обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций.

1.5. Инструктор по физической культуре должен пройти обучение по охране труда и проверку знания

требований охраны труда, обучение методам и приемам оказания первой помощи пострадавшим, правилам пожарной безопасности и электробезопасности, а также проверку знаний правил в объеме должностных обязанностей с присвоением I квалификационной группы допуска по электробезопасности.

1.6. Инструктор по физкультуре в целях выполнения требований охраны труда обязан:

- соблюдать требования охраны труда и производственной санитарии, инструкции по охране труда, охране жизни и здоровья воспитанников;
- обеспечивать режим соблюдения норм и правил по охране труда и пожарной безопасности во время проведения физкультурных занятий;
- соблюдать правила личной гигиены;
- иметь четкое представление об опасных и вредных факторах, связанных с выполнением работ и знать основные способы защиты от их воздействия;
- заботиться о личной безопасности и личном здоровье, а также о безопасности воспитанников детского сада в процессе проведения занятий по физической культуре;
- знать порядок действий при возникновении пожара или иной чрезвычайной ситуации и эвакуации, сигналы оповещения о пожаре;
- уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения (огнетушителями);
- знать месторасположение аптечки и уметь оказывать первую помощь пострадавшему;
- соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка, выполнять режим рабочего времени и времени отдыха при выполнении трудовой функции;
- соблюдать должностную инструкцию инструктора по физической культуре ДОУ;
- соблюдать инструкцию по охране труда в спортивном зале ДОУ.

1.7. В процессе работы возможно воздействие на инструктора по физкультуре следующих опасных и (или) вредных производственных факторов:

- напряженность трудового процесса: нагрузка на голосовой аппарат;
- тяжесть трудового процесса: рабочая поза (длительное нахождение в положении "стоя" в течение рабочего дня).

Факторы признаются вредными, если это подтверждено результатами СОУТ.

1.8. Перечень профессиональных рисков и опасностей:

- нарушение остроты зрения при недостаточной освещённости физкультурного (спортивного) зала детского сада, при длительной работе с документацией;
- травмирование при демонстрации упражнений на спортивных снарядах, имеющих дефекты или недостаточно закрепленных;
- травмирование при падении на влажном полу;
- поражение электрическим током при использовании неисправных электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов, оргтехники, розеток и выключателей, шнуров с поврежденной изоляцией;
- повышенное психоэмоциональное напряжение;
- перенапряжение голосового анализатора;
- высокая плотность эпидемиологических контактов.

1.9. В случае травмирования уведомить заведующего ГБДОУ любым доступным способом в ближайшее время. При обнаружении повреждений спортивного оборудования и инвентаря изъять его или ограничить к нему доступ, сообщить завхозу и не использовать до полного устранения всех выявленных недостатков.

1.10. В целях соблюдения правил личной гигиены и эпидемиологических норм инструктор по физкультуре ДОУ должен:

- оставлять верхнюю одежду в предназначенных для этого местах;
- проводить занятия в спортивной форме;
- 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 на рабочем месте, проветривать физкультурный зал;
- соблюдать требования СП 2.4.3648-20, СанПиН 1.2.3685-21, СП 3.1/2.4.3598-20.

1.11. Педагог осуществляет контроль соблюдения воспитанниками детского сада правил безопасного поведения на занятиях по физической культуре, а также соблюдения требований к спортивной форме.

1.12. Инструктору по физической культуре запрещается выполнять работу, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных, токсических или других одурманивающих веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные, токсические или другие одурманивающие вещества на рабочем месте или в рабочее время.

1.13. Инструктор по физической культуре детского сада, допустивший нарушение или невыполнение требований настоящей инструкции, рассматривается как нарушитель производственной дисциплины и может быть привлечён к дисциплинарной ответственности и прохождению внеочередной проверки знаний требований охраны труда в ДОУ, а в зависимости от последствий - и к уголовной; если нарушение повлекло материальный ущерб - к материальной ответственности в установленном порядке.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Инструктор по физкультуре дошкольного образовательного учреждения должен приходить на работу в чистой, опрятной одежде, перед началом работы вымыть руки.

2.2. Визуально оценить состояние выключателей, включить полностью освещение в физкультурном зале, инструкторской и убедиться в исправности электрооборудования:

- осветительные приборы должны быть исправны, надежно подвешены к потолку, иметь целостную светорассеивающую конструкцию: в физкультурном зале – защитную;
- уровень искусственной освещенности при общем освещении в физкультурном зале должен составлять не менее 200 люкс, в снарядных (инвентарных) - не менее 50 люкс;
- коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, корпуса выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

2.3. Надеть спортивную одежду и удобную спортивную обувь с нескользящей подошвой.

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

2.5. При помощи термометра для контроля температурного режима убедиться в наличии надлежащего теплового режима в физкультурном (спортивном) зале (при планируемом занятии в физкультурном зале):

- в холодный период года – 19-21°C;
- в теплый период года – верхняя граница допустимой температуры воздуха не более 28°C, нижняя граница идентична холодному периоду года.

2.6. Относительная влажность воздуха в физкультурном зале должна составлять 40-60%.

2.7. При планируемом занятии на спортивной площадке убедиться в возможности его проведения на открытом воздухе, что определяется по совокупности показателей метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам согласно СанПиН 1.2.3685-21:

Климатическая зона	Температура воздуха, °С		
	без ветра	при скорости ветра до 5 м/с	при скорости ветра 6-10 м/с
Северная часть Российской Федерации	-10-11	-6-7	-3-4
Заполярье	-11-13	-7-9	-4-5
Средняя полоса Российской Федерации	-9	-6	-3

В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой проводить в зале.

2.8. Удостовериться в наличии первичных средств пожаротушения, срока их пригодности и доступности, в наличии аптечки первой помощи и укомплектованности ее медикаментами.

2.9. Провести осмотр санитарного состояния физкультурного зала, а также оценить покрытие пола, которое не должно быть влажным, иметь дефекты и повреждения.

2.10. Провести осмотр санитарного состояния спортивной площадки, оценить состояние беговых дорожек и спортивной площадки, которые не должны быть сырыми и (или) иметь дефекты. Не

допускать наличия на спортивной площадке, беговых дорожках, в прыжковой яме битого стекла, проволоки, камней и иных травмоопасных факторов.

2.11. Перед проведением физкультурных занятий выполнить проветривание физкультурного зала в течение не менее 10 минут.

2.12. Убедиться в свободности выхода из физкультурного зала, подходов к первичным средствам пожаротушения.

2.13. Проверить на устойчивость, исправность спортивные снаряды и иное спортивное оборудование с целью исключения травмоопасных ситуаций с воспитанниками дошкольного образовательного учреждения. Проверить прочность креплений канатов.

2.14. В узлах и сочленениях спортивных снарядов не должно быть люфтов, качаний, прогибов. Жерди шведских стенок, скамьи гимнастические, наклонные доски и лестницы не должны иметь трещин, сколов и заусенцев.

2.15. Убедиться в наличии гимнастических матов и их целостности. Обшивка матов не должна быть порвана. Наполнительный материал матов должен быть равномерно распределен по всей поверхности.

2.16. Убедиться в целостности и исправности спортивного инвентаря с учётом требований к проводимому занятию по тем или иным видам физкультурных занятий.

2.17. Проверить накачку мячей, натяжение волейбольной сетки, состояние детских баскетбольных щитов (баскетбольных стоек) при использовании их на занятии.

2.18. При использовании на занятиях звуковоспроизводящих электроприборов убедитесь в их исправности и целостности шнуров питания, штепсельных вилок и розеток.

2.19. 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 проведения занятий необходимо соблюдать порядок в физкультурном зале ДООУ, не загромождать выходы из зала и подходы к первичным средствам пожаротушения, а также пути для выполнения бега, эстафет спортивными снарядами и инвентарем.

3.2. Проконтролировать наличие у детей спортивной формы и обуви с нескользящей подошвой.

3.3. Провести инструктаж воспитанников по безопасным приемам выполнения физических упражнений и правилам поведения в физкультурном зале.

3.4. Физкультурные занятия организовывать с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья воспитанников детского сада.

3.5. Отношение времени, затраченного на непосредственное выполнение физических упражнений к общему времени занятия физической культурой, должно составлять не менее 70%.

3.6. Поддерживать дисциплину и порядок во время занятий по физкультуре, не разрешать воспитанникам детского сада самовольно уходить из физкультурного зала или спортивной площадки без разрешения инструктора по физической культуре, не оставлять детей одних без контроля.

3.7. Следить за правильным и безопасным выполнением упражнений воспитанниками, осуществлять страховку, исключать конфликтные ситуации во время занятий, возможность столкновения детей друг с другом или со спортивным оборудованием.

3.8. Спортивные снаряды и спортивный инвентарь применять только в исправном состоянии, соблюдая правила безопасности и утверждённые методики.

3.9. Использовать спортивные снаряды, спортивный инвентарь только по их прямому назначению, в строгом соответствии с инструкциями по эксплуатации.

3.10. Следить за соблюдением детьми достаточного интервала и дистанции, в особенности при выполнении упражнений потоком и беге. Исключать при беге резко «стопорящую» остановку.

3.11. В местах соскоков со снарядов, вдоль шведской стенки размещать гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной. Страховать детей в месте приземления.

3.12. Запрещать детям самостоятельно подниматься на высоту и спрыгивать с высоты.

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

3.14. Запрещается использовать спортивное оборудование в качестве подставок под иное спортивное оборудование.

3.15. Не использовать в физкультурном зале переносные отопительные приборы с инфракрасным излучением, а также не сертифицированные удлинители.

3.16. После каждого занятия в отсутствии воспитанников проветривать физкультурный зал в течение не менее 10 минут. Оконные рамы при этом фиксировать крючками или ограничителями.

3.17. В целях обеспечения необходимой естественной освещенности физкультурного зала окна не заставлять спортивным оборудованием и инвентарем.

3.18. Персональный компьютер (ноутбук) и иную оргтехнику в инструкторской следует использовать в соответствии с инструкцией по эксплуатации и (или) техническим паспортом.

3.19. Клавиатуру и мышь ежедневно дезинфицировать в соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70% спирта.

3.20. При использовании звуковоспроизводящей электроаппаратуры и оргтехники запрещается:

- включать в электросеть и отключать от неё электроприборы мокрыми руками;
- размещать на электроприборах предметы (бумагу, ткань, вещи и т.п.);
- скручивать, защемлять и натягивать шнуры питания;
- переносить или перемещать включенные электроприборы;
- разбирать включенные электроприборы;
- прикасаться к оголенным или с поврежденной изоляцией проводам и шнурам питания;
- оставлять без присмотра включенные в электрическую сеть электроприборы.

3.21. Инструктору по физкультуре необходимо соблюдать правила передвижения в помещениях и на территории детского сада:

- 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 дошкольного образовательного учреждения;
- не наступать на люки.

3.22. Соблюдать во время работы настоящую инструкцию по охране труда для инструктора по физической культуре в ДОУ, иные инструкции по охране труда при выполнении работ, установленный режим рабочего времени и времени отдыха в детском саду.

3.23. Контролировать проведение влажной уборки в физкультурном зале не реже 2 раз в день.

3.24. При длительной работе с журналом, документами, 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:

- техническая неисправность спортивных снарядов вследствие износа;
- ухудшение метеорологической ситуации на спортивной площадке;
- пожар, возгорание, задымление, поражение электрическим током, вследствие неисправности электрооборудования в спортзале, электроприборов;
- прорыв системы отопления, водоснабжения из-за износа труб;
- террористический акт или угроза его совершения.

4.2. Инструктор по физической культуре обязан немедленно известить непосредственного заведующего ДОУ:

- о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью воспитанников и работников ДОУ;
- о факте возникновения групповых инфекционных и неинфекционных заболеваний;
- о каждом несчастном случае, произошедшем в детском саду;
- об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

4.3. В случае возникновения технической неисправности спортивных снарядов, спортивного инвентаря инструктор по физической культуре ДОУ должен остановить занятие, изъять данное

оборудование или ограничить к нему доступ, и не использовать его на занятиях до полного устранения неисправностей и получения разрешения заместителя заведующего по административно-хозяйственной работе.

4.4. При изменении метеорологической ситуации (дождь, снег, резкое похолодание, порывы ветра), нарушении санитарно-гигиенических норм на спортивной площадке инструктор по физической культуре должен остановить занятие и завести детей в здание детского сада.

4.5. В случае получения травмы или плохого самочувствия педагог обязан прекратить работу, позвать на помощь, воспользоваться аптечкой первой помощи, обратиться в медицинский пункт детского сада, при необходимости вызвать скорую помощь по телефону 03 (103 – с мобильного) и поставить в известность заведующего детским садом.

4.6. При получении травмы воспитанником оказать ему первую помощь, вызвать медицинского работника ДОУ (транспортировать потерпевшего в медицинский кабинет), при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 03 (103 – с мобильного) и сообщить о происшествии заведующему. 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.

4.7. В случае задымления или возгорания в физкультурном зале необходимо вывести детей из зала – опасной зоны, вызвать пожарную охрану по телефону 01 (101, 112 – с мобильного), оповестить голосом о пожаре и вручную задействовать АПС (если не сработала), сообщить заведующему. При условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей принять меры к ликвидации пожара в начальной стадии с помощью первичных средств пожаротушения.

4.8. При аварии (прорыве) в системе отопления в физкультурном зале необходимо вывести воспитанников из помещения, оперативно сообщить о происшедшем завхозу ДОУ.

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. Яму для прыжков на спортивной площадке во избежание загрязнения песка закрыть крышкой, полимерной пленкой или иным защитным приспособлением.

5.2. Отключить звуковоспроизводящие электроприборы и другие имеющиеся электроприборы от электросети.

5.3. Собрать у воспитанников спортивный инвентарь, проверить на целостность и разместить в инвентарной.

5.4. Провести осмотр санитарного состояния физкультурного зала детского сада.

5.5. Убедиться в свободности выходов из физкультурного зала и подходов к первичным средствам пожаротушения.

5.6. Проветрить физкультурный зал.

5.7. Удостовериться в противопожарной безопасности физкультурного зала ДОУ, инвентарной, инструкторской. Удостовериться, что противопожарные правила в помещениях соблюдены, огнетушители находятся в установленных местах. При окончании срока эксплуатации огнетушителя сообщить лицу, ответственному за пожарную безопасность в ДОУ. Проконтролировать установку перезаряженного огнетушителя.

5.8. Проконтролировать проведение влажной уборки, обработку спортивного инвентаря и матов с использованием мыльно-содового раствора.

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

5.10. Известить заведующего ДОУ или завхоза о недостатках, влияющих на безопасность труда, пожарную безопасность, обнаруженных во время работы.

5.11. При отсутствии недостатков закрыть физкультурный зал на ключ.

Инструкцию разработала:

_____ Н.А. Горохова

С инструкцией ознакомлена:

«__»_____202__г.

_____ / _____ /