

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
города Ульяновска «Гимназия № 34»  
(МБОУ «Гимназия № 34»)

«СОГЛАСОВАНО»

Председатель профкома



Н.Ф.Васильева

20 22 г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор гимназии



Л.П.Токмакова

20 22 г.

## ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда учителя физической культуры

№ ИОТ19

## 1. Общие требования охраны труда

1.1. К работе учителем физкультуры допускаются лица, соответствующие требованиям профессионального стандарта «Педагог (учитель)», прошедшие вводный и первичный инструктажи по охране труда, противопожарный инструктаж, психиатрическое освидетельствование, медицинский осмотр и не имеющие ограничений на работу в образовательных организациях и противопоказаний к работе по состоянию здоровья.

1.2. Учитель физкультуры обязан соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка МБОУ «Гимназия № 34», график работы, установленный режим труда и отдыха, правила и инструкции по охране труда, пожарной безопасности, правила технической эксплуатации и требования безопасности при работе с учебным оборудованием и инвентарем, а также знать места расположения первичных средств пожаротушения, направления эвакуации при пожаре, а также расположение аптечек первой помощи.

1.3. Во время работы на учителя физкультуры могут воздействовать следующие вредные производственные факторы:

- психофизиологическое напряжение;
- высокая концентрация внимания;
- электроопасность;
- пожароопасность;
- нарушение микроклиматических условий в учебном помещении;
- длительные статические нагрузки.

1.4. В соответствии с действующим законодательством учитель физкультуры должен иметь и использовать специальную одежду, специальную обувь и другие средства индивидуальной защиты, выдаваемые работникам в соответствии с установленными государственными нормативными требованиями охраны труда.

1.5. Учитель физкультуры обязан:

- выполнять только ту работу, которая соответствует его квалификации, предусмотрена трудовым договором, должностными инструкциями и указаниями руководителя;
- в необходимом объеме знать и выполнять инструкции по эксплуатации технических средств и оборудования, имеющихся на рабочем месте, и иных используемых им в работе средств и устройств;
- знать характеристику основных физических упражнений, технику их выполнения, основные ошибки при выполнении упражнений и способы их избежания, правила пользования тренажерами и спортивным инвентарем, технику безопасности работы с тренажерами и спортивным инвентарем;
- соблюдать правила безопасности при работе с тренажерами и спортивным инвентарем: выполнять упражнения, строго следуя технике, не хвататься за инвентарь влажными руками, не использовать неисправный инвентарь;
- в ходе занятий по физкультуре и иных мероприятий, связанных с выполнением физических упражнений, носить только спортивную одежду и обувь;
- выполнять требования своих должностных и производственных инструкций, инструкций по охране труда и о мерах пожарной безопасности, Правил трудового распорядка;

- не допускать нахождения на своем рабочем месте посторонних предметов, мешающих работе;
- не допускать присутствия без необходимости на своем рабочем месте посторонних лиц;
- уметь оказывать первую помощь;
- уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;
- соблюдать правила личной гигиены;
- применять безопасные приемы выполнения физических упражнений и использовать оборудование, инструменты, приспособления строго в соответствии с инструкциями заводов-изготовителей.

1.6. При любом несчастном случае, предаварийной ситуации и ухудшении состояния своего здоровья учитель физкультуры должен прекратить работу и известить о происшествии непосредственного руководителя или дежурного администратора МБОУ «Гимназия № 34» любым доступным способом. Для расследования несчастного случая необходимо сохранить обстановку на рабочем месте и состояние оборудования такими, какими они были во время происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью окружающих и не приведет к аварии.

1.7. В целях соблюдения правил личной гигиены учитель физкультуры обязан:

- оставлять верхнюю одежду, обувь, головной убор, личные вещи в специально предназначенных для этого местах;
- тщательно мыть руки и насухо вытирать их после соприкосновения с загрязненными предметами, перед началом работы, после посещения туалета, перед приемом пищи;
- не допускать приема пищи в подсобных и складских помещениях.

1.8. Учитель физкультуры несет ответственность за безопасность обучающихся во время учебных занятий, как в спортивном зале, так и на свежем воздухе, следит за дисциплиной и порядком в школе.

1.9. Рабочее время, установленные перерывы в работе, время перерыва для отдыха и приема пищи определяются действующими в организации Правилами внутреннего трудового распорядка и иными локальными актами.

1.10. За невыполнение или нарушение инструкции по охране труда или иных локальных актов гимназии учитель физкультуры может быть привлечен к ответственности в соответствии с Правилами внутреннего трудового распорядка образовательной организации и действующим законодательством.

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

2.1. Перед началом работы учитель физкультуры обязан:

2.1.1. Переодеться в спортивную одежду и обувь. Обувь должна иметь нескользящую подошву, одежда не должна ограничивать движения. Элементы одежды запрещается закалывать булавками или иными колющими предметами. Следует отдавать предпочтение одежде из натуральных тканей или тканей, отводящих влагу. При проведении занятий на улице одежда должна соответствовать погодным условиям. Длинные волосы рекомендуется убирать в хвост, пучок или иным образом так, чтобы они не мешали выполнять физические упражнения.

### 2.1.2. Подготовить рабочее место и спортивный зал:

- проверить санитарно-гигиеническое состояние помещений – чистота, температура и влажность воздуха;
- включить освещение и убедиться в исправности электрооборудования: светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; коммутационные коробки должны быть закрыты крышками; корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов;
- убедиться внешним осмотром в отсутствии механических повреждений шнуров электропитания;
- убедиться в исправном состоянии тренажеров и спортивного оборудования: настенное оборудование должно быть твердо закреплено, канат надежно подвешен, деревянные части оборудования должны иметь гладкую шлифованную поверхность и не иметь элементов, способных привести к занозам; тренажеры должны быть исправны, трущиеся их части смазаны, веса крепко зафиксированы, фиксаторы исправны; мячи должны быть плотно накачаны, поверхность мячей не должна иметь дыр, гимнастические маты должны иметь цельную поверхность, равномерное распределение наполнителя внутри;
- проверить наличие и содержание аптечки первой помощи;
- убрать все предметы, которые могут помешать работе, убрать с пола все посторонние объекты;
- проконтролировать, чтобы спортивное оборудование и инвентарь были разложены на стеллажах или иных местах для хранения, исключающих возможность запнуться о них во время выполнения упражнений;
- проверить достаточность освещенности рабочего места. При недостаточной освещенности необходимо организовать местное освещение. Светильники расположить так, чтобы при работе источник света не слепил глаза как самому работающему, так и окружающим;
- перед выполнением упражнений разъяснить обучающимся технику выполнения упражнений и правила пользования инвентарем.

### 2.1.3. В случае занятий на воздухе:

- проверить безопасность территории спортивной площадки: целостность покрытия дорожек, отсутствие мусора и иных посторонних объектов;
- проверить целостность спортивного инвентаря, использование которого планируется в ходе занятий;
- проверить сухость спортивного инвентаря, расположенного на улице: брусев, турников, полосы препятствий;
- исключить попадание инородных предметов в прыжковую яму, спортивную площадку, полосу препятствий (стекла, камни и тд).

2.2. Обо всех обнаруженных неисправностях оборудования, инвентаря, электропроводки и других неполадках учитель физкультуры обязан сообщить своему непосредственному руководителю или заместителю директора гимназии по административно – хозяйственной работе и приступить к работе только после их устранения.

2.3. Учителю физкультуры запрещено приступать к работе в случае обнаружения несоответствия рабочего места установленным в данном разделе требованиям, при невозможности выполнить указанные в данном разделе подготовительные к работе действия, а также без спортивной одежды и обуви.

2.4. Учитель физкультуры должен оперативно поставить в известность заместителя директора гимназии по учебно – воспитательной работе о причинах отмены занятий.

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

3.1. Учитель физкультуры обязан:

3.1.1. Во время проведения уроков и внеурочных занятий:

- проводить только те мероприятия, которые предусмотрены утвержденными основными образовательными программами основного и среднего общего образования школы;
- выполнять физические упражнения в правильной технике, исключая травматизм;
- выполнять физические упражнения только в соответствующей одежде и обуви;
- соблюдать порядок в спортивном зале и на спортивной площадке, не загромождать места выполнения упражнений и площадки для спортивных игр, не позволять обучающимся загромождать указанные площади;
- при обучении детей с осторожностью использовать спортивный инвентарь и подручные средства: не кидать их, использовать только по назначению. После использования класть на отведенные для них места;
- контролировать, чтобы обучающиеся выполняли требования учителя и следовали правилам выполнения упражнений;
- не допускать присутствия посторонних лиц во время урока физкультуры;
- держать форточки и фрамуги спортивного зала закрытыми. Проветривание осуществлять до начала занятий и во время перемен;
- спокойно, не торопясь, входить и выходить из спортивного зала;
- выполнять физические упражнения только на сухом полу;
- \_\_\_\_\_.

3.1.2. Быть вежливым, вести себя спокойно и выдержанно, избегать конфликтных ситуаций, которые могут вызвать нервно-эмоциональное напряжение и отразиться на безопасности труда.

3.1.3. Пользоваться при работе исправной электроаппаратурой. Соблюдать меры безопасности от поражения электрическим током: не подключать к электросети и не отключать от нее приборы мокрыми и влажными руками, не оставлять включенные в электросеть приборы без присмотра.

3.1.4. Соблюдать чистоту и порядок на рабочем месте.

3.1.5. При работе с использованием компьютеров, оргтехники и мультимедийного оборудования следовать требованиям инструкции по охране труда при работе с соответствующим оборудованием.

3.1.10. При организации и проведении для детей тематических праздников и мероприятий с массовым пребыванием людей руководствоваться инструкцией по охране труда при проведении культурно-массовых мероприятий.

3.1.11. При сопровождении детей на мероприятия при перевозке железнодорожным транспортом руководствоваться инструкцией по охране труда при работе по сопровождению детей при перевозке железнодорожным транспортом.

3.1.12. При сопровождении детей на (с) и во время экскурсии руководствоваться инструкцией по сопровождению обучающихся к месту (обратно) и во время экскурсии.

3.1.13. Хранить спортивные снаряды, тренажеры и инвентарь в специально отведенных местах.

3.2. При передвижении по территории школы учителю физкультуры следует обращать внимание на неровности и скользкие места (особенно в зимний период года), остерегаться падения из-за подскользывания. Во избежание несчастных случаев ходить лучше по сухой и чистой поверхности.

3.3. Все упражнения следует выполнять в строгом соответствии с техникой, исключающей возможность травматизма.

3.4. Учителю физкультуры запрещено:

- ставить тяжелые предметы на незакрепленные шкафы;
- допускать в класс и подсобное помещение посторонних лиц;
- оставлять без присмотра обучающихся;
- отвлекаться на посторонние занятия;
- курить в помещениях и на территории школы;
- прикасаться к оголенным электропроводам;
- оставлять без присмотра электронагревательные приборы;
- использовать спортивный инвентарь не по назначению;
- выполнять любые виды ремонтно-восстановительных работ;
- выполнять физические упражнения без специальной одежды и обуви, на мокром полу или с использованием мокрых снарядов, неисправного оборудования.

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

4.1. При возникновении:

- пожара немедленно эвакуировать детей из здания, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения;
- 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 дежурному администратору гимназии, а при отсутствии – иному должностному лицу школы. Работу можно продолжать только после устранения указанных обстоятельств;
- неисправностей мебели и приспособлений прекратить их использование, вызвать технический персонал и сообщить об этом своему непосредственному руководителю;
- террористических актов или угрозе их совершения действовать в соответствии с рекомендациями по безопасности при чрезвычайных ситуациях, действующими в организации.

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

4.3. В случае обнаружения в служебных помещениях нарушений требований безопасности труда, которые не могут быть устранены собственными силами, а также в случае возникновения угрозы жизни или здоровью самого работника или других работников сообщить об этом своему непосредственному руководителю, приостановить работу и покинуть опасную зону.

4.4. При выявлении на территории школы подозрительных предметов не подходить к ним и не трогать их руками. Не теряя времени, сообщить о находке непосредственному руководителю или дежурному администратору гимназии.

4.5. При получении учеником травмы оказать пострадавшему первую помощь самостоятельно или с помощью медсестры, при необходимости вызвать скорую помощь по телефону 103 и отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом директору гимназии, родителям (законным представителям) ученика.

4.6. При несчастных случаях на производстве с другими работниками оказать пострадавшему первую помощь, помочь доставить его в медпункт или ближайшее медицинское учреждение, при необходимости вызвать медицинских работников на место происшествия, сообщить о случившемся непосредственному руководителю.

4.7. Принять меры для сохранения обстановки несчастного случая, если это не сопряжено с опасностью для жизни и здоровья людей. При расследовании несчастного случая сообщить все известные обстоятельства происшедшего случая.

4.8. По окончании действия факторов аварийной ситуации проверить по списку наличие вверенных детей. При обнаружении отсутствующих принять незамедлительно оперативные меры с привлечением соответствующих органов.

## **5. Требования охраны труда по окончании работы**

5.1. По окончании работы учитель физкультуры обязан:

- привести в порядок рабочее место: разложить все предметы по местам, спортивные снаряды, тренажеры и инвентарь убрать в специально предназначенные для этого помещения на стеллажи;
- отключить электрические приборы;
- проветрить помещение, закрыть окна и фрамуги, выключить свет и закрыть кабинет.

5.2. Обо всех недостатках, отмеченных во время работы, учитель физкультуры обязан сообщить непосредственному руководителю, директору гимназии или дежурному администратору гимназии.

