

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 5 «Родничок» комбинированного вида с.Сарыг-Сеп
Каа-Хемского района Республики Тыва**

**ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА
ДЛЯ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

ИОТ № 7

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 5 «Родничок» комбинированного вида с.Сарыг-Сеп
Каа-Хемского района Республики Тыва**

СОГЛАСОВАНО

Председателем первичной профсоюзной
организации
от «11» сентября 2017 года

УТВЕРЖДЕНА

приказом заведующей
от «11» сентября 2017 года
№ 17

**ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА
ДЛЯ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ**

Настоящая типовая инструкция по охране труда разработана на основании требований законодательных и иных нормативных правовых актов в области охраны труда с учетом с учетом СанПиН 2.4.1.3049-13, постановления Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29 декабря 2010 года N 189 СанПиН 2.4.2.2821-10 и предназначена для руководителя физического воспитания при выполнении им работ согласно профессии и квалификации. На основании данной типовой инструкции разрабатываются инструкции по охране труда для конкретных рабочих мест.

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

1.1. Настоящая Инструкция предусматривает основные требования по охране труда для инструктора по физической культуре.

1.2. Инструктору по физической культуре необходимо выполнять свои обязанности в соответствии с требованиями настоящей Инструкции.

1.3. К работе в качестве инструктора по физической культуре в образовательных организациях могут быть допущены лица, имеющие специальное педагогическое образование, подтвержденное документом установленной формы (дипломом).

При поступлении на работу в образовательную организацию все работники должны пройти предварительный медицинский осмотр, при последующей работе медосмотры проводятся периодически в сроки, установленные Министерством здравоохранения и социального развития РФ.

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

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

1.6. При проведении занятий физическими упражнениями возможно воздействие на воспитанников, 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 воспитанники 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. Инструктор по физической культуре, воспитатель и воспитанники 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 воспитанниками воспитатель или инструктор по физической культуре или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить администрации и принять меры по оказанию первой помощи пострадавшему.

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

1.15. Инструктор по физической культуре 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 соответствующими спецодежду и спецобувь. Спецодежда 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 детей.

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. Во избежание падения детей убедитесь в том, что ковры и дорожки надежно прикреплены к полу.

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

2.9. Протереть насухо спортивный инвентарь необходимый для данного занятия.

2.10. Провести целевой инструктаж воспитанников по безопасным приемам проведения занятий физическими упражнениями в физкультурном зале.

2.11. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

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

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 инструктор по физической культуре:

- 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 утверждённых методик.

3.2. Все занятия по обучению детей 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 для детей дошкольного возраста. 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 дети выполняли все указания руководителя по физическому воспитанию или воспитателя.

3.5. Начинать выполнение упражнений и заканчивать их только по команде воспитателя или руководителя физическим воспитанием.

3.6. Не разрешать детям самовольно покидать место проведения занятия.

3.7. Не оставлять детей одних в спортивном зале.

3.8. Во время занятия выбирать место так, чтобы все дети 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 детьми, чтобы не было столкновений.

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

3.13. Во избежание столкновений у детей младшей, средней группы 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 детям спрыгивать с большой высоты.

- 3.20. При выполнении упражнений по метанию посмотреть, нет ли детей в секторе метания.
- 3.21. Упражнения по метанию выполнять только по сигналу воспитателя или руководителя по физическому воспитанию.
- 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 по физическому воспитанию или воспитателя.
- 3.24. Не подавать снаряд для метания друг другу броском.
- 3.25. При выполнении упражнений в равновесии, на гимнастической скамейке, напомнить детям 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 ребенка постелить мат. Страховать ребенка при необходимости, продвигаясь вдоль скамейки.
- 3.27. Чтобы не получить челюстно-лицевую травму, при ползании по гимнастической скамейке следить за постановкой рук (обхватить ее с боку так, чтобы большой палец был сверху, а остальные пальцы под скамейкой). Правильно принимать и.п. (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 лазание по шведской стенки обязательно страховать детей 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 ребенка, оказывая помощь при необходимости, следить за правильным хватом рук, постановкой стопы на рейку.
- 3.31. Обучить детей старшего дошкольного возраста страховке.
- 3.32. При лазании по веревочной лестнице см. выше п.3.28, 3.29, 3.30.
- 3.33. Если у ребенка запутались ноги в веревочной лестнице, у него устали руки, он должен немедленно сказать об этом инструктору по физической культуре или воспитателю.
- 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.
- 3.35. При работе с вестибюлярным тренажером "перекати-поле" выполнять следующие правила: внутри должен находиться один ребенок, не находиться в зоне прокатывания, при выполнении упражнения голова ребенка должна находиться внутри, во время движения вылезать из тренажера нельзя.

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. Преподаватель в предаварийной ситуации должен обеспечить безопасность обучающихся и оказание им при необходимости помощи. 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.
- 4.4. В условиях развивающейся аварийной ситуации нужно по указаниям руководителя организации (или его представителя) с обязательным соблюдением мер личной безопасности.
- 4.5. Действовать в аварийной ситуации нужно по указаниям руководителя организации (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 ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

- 5.1. Проветрить кабинет.
- 5.2. Привести в порядок рабочее место.
- 5.3. Выключить электроприборы, ПЭВМ.
- 5.4. Выключить электроосвещение, закрыть кабинет, использовавшееся для проведения мероприятия помещение на ключ.
- 5.5. Проверить наличие и исправность наглядных пособий, поместить их для хранения в место, исключающее несанкционированный доступ к нему сторонних лиц.
- 5.6. Обо всех заслуживающих внимания недостатках, отмеченных во время работы, сообщить соответствующему заместителю заведующего по УВР либо, в отсутствие последнего, непосредственно руководителю.

С инструкцией ознакомлен(а):