

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 33  
Кировского района Санкт-Петербурга

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

**№ ИОТ-006-23**

Санкт-Петербург  
2023

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 33  
Кировского района Санкт-Петербурга

С учетом мнения профсоюзного комитета

Утверждена

Председатель первичной профсоюзной  
организации ГБДОУ детского сада № 33  
Кировского района Санкт-Петербурга

Заведующий ГБДОУ детским садом № 33  
Кировского района Санкт-Петербурга

\_\_\_\_\_ Т.В. Рыжова  
подпись Ф.И.О.

\_\_\_\_\_ С.А. Соловьева  
подпись Ф.И.О.

Протокол № 1 от 09 января 2023 года

Приказ № 8 от 09 января 2023 года

**ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА  
ДЛЯ ИНСТРУКТОРА ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ  
№ ИОТ-006-23**

**1. Общие требования охраны труда.**

- 1.1. Настоящая инструкция составлена в соответствии с Основными требованиями к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых руководителем, утвержденными Приказом Минтруда России № 772н от 29 октября 2021 года, с Положением о разработке, учете и выдачи инструкций по охране труда ГБДОУ детского сада № 33 Кировского района Санкт-Петербурга, с учетом иных нормативных актов, регламентирующих охрану труда в РФ; инструкция должна быть выдана инструктору по физической культуре на руки под роспись; срок действия инструкции 5 лет.
- 1.2. К самостоятельной работе инструктором по физической культуре допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, прошедшие соответствующую подготовку, инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.3. Инструктор по физкультуре должен соблюдать Устав ДОУ, Правила внутреннего трудового распорядка, свою должностную инструкцию, настоящую инструкцию по охране труда, соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и направления эвакуации при пожаре, а также расположение аптек первой помощи.
- 1.4. На занятиях по физической культуре возможно действие на инструктора и воспитанников следующих вредных и опасных факторов:
  - получение механических травм при занятиях с использованием неисправных, загрязнённых, влажных спортивных снарядов и (или) спортивного оборудования (инвентаря);
  - получение механических травм при занятиях без страховки, в том числе без использования гимнастических матов;
  - получение тепловых ударов во время занятий вне помещений в летний период или переохлаждение во время занятий вне помещений в зимний период;
  - поражение электрическим током при использовании неисправных технических средств обучения, иных электроприборов;

- заболевание вирусными инфекциями, переносчиками которых могут являться заболевшие воспитанники, их родители (законные представители) или сотрудники ДОУ;
  - нарушение остроты зрения при недостаточном освещении спортивного зала;
  - физическое переутомление.
- 1.5. Инструктор по физической культуре использует следующую спецодежду:
- в спортивном зале – лёгкий спортивный костюм, футболка, лёгкая удобная обувь на нескользкой подошве;
  - на улице – утеплённый спортивный костюм, перчатки, утеплённая удобная обувь на нескользкой подошве и спортивная шапочка;
  - в бассейне – лёгкий спортивный костюм (футболка, шорты), халат, плавательный костюм, резиновые шлепки, шапочка для плавания, очки для плавания.
- 1.6. В спортивном зале и помещениях бассейна детского сада должны быть обязательно установлены комнатные термометры для наблюдений за температурным режимом.
- 1.7. Инструктор по физкультуре строго соблюдает требования инструкции по охране жизни и здоровья детей, систематически контролирует соблюдение детьми правил и требований охраны труда, безопасного поведения. При несчастном случае немедленно сообщить об этом администрации учреждения.
- 1.8. В ходе работы инструктор по физкультуре должен строго соблюдать правила личной гигиены, поддерживать чистоту рабочего места, контролировать исправность спортоборудования, соблюдать гигиенические требования к организации и проведению воспитательно-образовательного процесса с детьми.
- 1.9. Инструктор по физкультуре, допустивший невыполнение или любое нарушение настоящей инструкции по охране труда, привлекается к дисциплинарной ответственности согласно Правилам внутреннего трудового распорядка и, если необходимо, проходит внеочередную проверку знаний норм и правил охраны труда.

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

- 2.1. Включить полностью освещение и убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность должна быть: не менее 200 лк (13 Вт/кв.м.).
- 2.2. Проверить эвакуационные пути и выходы на соответствие их требованиям пожарной безопасности.
- 2.3. Убедиться в исправности электрооборудования зала для физкультурных занятий и помещений бассейна: светильники должны быть надежно привешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; коммуникационные коробки должны быть закрыты крышками, а электророзетки – фальшвилками; корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.
- 2.4. При использовании на занятиях электрических приборов, аудио- и видеоаппаратуру убедиться в их исправности и целостности подводящих кабелей и электровилок.
- 2.5. Проверить санитарное состояние зала для физкультурных занятий и помещений бассейна, проветрить их, 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.
- 2.6. Убедиться в том, что температура воздуха в зале для физкультурных занятий и в помещениях бассейна соответствует нормам.
- 2.7. Во избежание падения детей убедиться в том, что ковры и дорожки надежно прикреплены к полу, а спортивный инвентарь и оборудование исправно и надежно закреплен.
- 2.8. Возможность проведения занятий физической культурой и спортом на открытом воздухе, а также подвижных игр, определяется по совокупности показателей

метеорологических условий (температуры, относительной влажности и скорости движения воздуха) по климатическим зонам. В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в зале.

- 2.9. Перед началом занятий на спортплощадке надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользящей подошвой, соответственно сезону и погоде.
- 2.10. Осмотреть спортивную площадку на наличие колющих и режущих предметов.

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

- 3.1. Самостоятельно и (или) при помощи медицинского работника произвести внешний осмотр воспитанников на предмет отстранения от занятий тех из них, чей внешний вид и (или) иные имеющиеся у них признаки позволяют предположить наличие инфекционных или иных заболеваний, болезненных состояний.
- 3.2. Соблюдать дисциплину и порядок при занятиях физкультурой (в зале, бассейне, на улице), контролировать выполнение воспитанниками всех распоряжений инструктора.
- 3.3. Запрещать детям детского сада самовольно уходить с места проведения занятия.
- 3.4. Во избежание получения травмы воспитанниками, во время учебного занятия инструктор:
  - демонстрирует воспитанникам безопасные приёмы владения телом (в том числе с использованием исправных спортивных снарядов и спортивного оборудования (инвентаря));
  - перед выполнением гимнастических упражнений обязательно проводит с воспитанниками небольшую разминку;
  - во время выполнения упражнений на шведской лестнице, и иных спортивных снарядах на высоте от пола обязательно страхует детей от падений, запрещает им самостоятельно без разрешения инструктора забираться на высоту;
  - во время занятий в бассейне с детьми 3-4 лет, во время выполнения сложных упражнений инструктор все время находится вместе с воспитанниками в чаше бассейна; запрещает самостоятельно без разрешения входить и выходить из воды;
  - при выполнении упражнения потоком (один за другим), следит за соблюдением дистанции между воспитанниками ДОУ, во избежание столкновений;
  - во время выполнения прыжков и соскоков внимательно следит за тем, чтобы дети приземлялись мягко на носки ступней, приседая пружинисто;
  - при проведении подвижных игр и соревнований, контролирует, чтобы не происходило столкновений между детьми, толчков и ударов по рукам и ногам.
- 3.5. Перед выполнением физических упражнений обязательно провести с детьми небольшую разминку.
- 3.6. При проведении подвижных игр и соревнований следить за тем, чтобы не было столкновений между детьми, толчков и ударов по рукам и ногам.
- 3.7. Во время занятий с применением музыкальной аппаратуры, технических средств обучения соблюдать меры безопасности от поражения электричеством:
  - не включать в электросеть и не отключать от нее устройство мокрыми или влажными руками;
  - соблюдать правильность последовательного включения и выключения оргтехники, технических средств обучения, не нарушать технологические процессы;
  - не оставлять включенные в электрическую сеть устройства без контроля.
- 3.8. Соблюдать порядок и не загромождать спортзал, бассейн, эвакуационные пути посторонними предметами.
- 3.9. Для сохранения здорового микроклимата необходимо после каждого занятия проветривать помещение спортзала и помещения бассейна, проводить влажную уборку.

3.10. Для предотвращения травмирования воспитанников необходимо строго соблюдать инструкцию по охране труда, быть внимательным и стараться предупредить травмирование при неправильном выполнении ребенком упражнения.

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

- 4.1. В случае возникновения пожара незамедлительно вывести детей из спортзала, бассейна, доложить о пожаре в ближайшую пожарную охрану по телефону 101 (112 – Единый номер вызова экстренных служб), заведующему ДОУ (при его отсутствии - другому должностному лицу) и начать тушение очага возгорания при помощи первичных средств пожаротушения.
- 4.2. При травмировании оказать первую помощь пострадавшему, воспользоваться помощью медсестры ДОУ, если потребуется вызвать «скорую помощь», доложить о происшествии родителям воспитанника (законным представителям) и заведующему ДОУ, при его отсутствии - дежурному администратору (иному должностному лицу). Сохранить до начала расследования обстановку на рабочем месте и оборудование такими, какими они были во время происшествия (если это не угрожает жизни и здоровью других детей и сотрудников детского сада).
- 4.3. При плохом самочувствии воспитанника немедленно отстранить его от занятия и направить в распоряжение медицинского работника, после чего сообщить о случившемся воспитателю группы, заведующему ДОУ, при его отсутствии - дежурному администратору (иному должностному лицу).
- 4.4. В случае поражения электрическим током незамедлительно выключить электричество и в случае остановки у пострадавшего дыхания и пульса сделать ему искусственное дыхание или непрямой (закрытый) массаж сердца до появления дыхания и пульса, вызвать «скорую помощь» по телефону 103.
- 4.5. При неисправностях спортивного снаряда или оборудования, при отсутствии возможности убрать его из спортзала, бассейна, с площадки, остановить занятие и доложить об этом заместителю заведующего по административно-хозяйственной работе (завхозу) ДОУ.
- 4.6. В случае появления неисправности в работе электроприборов, музыкального или звукового электрооборудования (посторонний шум, искрение, запах гари) немедленно отключить электрический прибор от электросети и сообщить о данной ситуации заместителю заведующего по АХР (завхозу), а при отсутствии – иному должностному лицу дошкольного образовательного учреждения. Работу можно продолжать только после устранения возникшей неисправности.
- 4.7. В случае возникновения аварийных ситуаций необходимо немедленно прекратить работу, отключить от электросети средства оргтехники и прочее электрооборудование, сообщить о происшествии коллегам, непосредственному руководителю и при необходимости покинуть опасную зону. Под руководством непосредственного руководителя принять участие в ликвидации создавшейся аварийной ситуации, если это не представляет угрозы для здоровья или жизни.
- 4.8. При получении травмы во время работы в зависимости от степени повреждения необходимо позвать на помощь и (или) обратиться за медицинской помощью самостоятельно. При несчастном случае с другим работником следует оказать первую помощь пострадавшему и при необходимости вызвать бригаду скорой помощи по телефону 103.
- 4.9. В случае угрозы или возникновения очага опасного воздействия техногенного характера, угрозы или приведения в исполнение террористического акта следует руководствоваться соответствующими инструкциями, Планом эвакуации и Порядком действий в чрезвычайных ситуациях.

4.10. Обо всех нарушениях и неисправностях, которые угрожают жизни и здоровью воспитанников и работников, немедленно сообщить заведующему ДОУ, а при отсутствии – иному должностному лицу.

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

5.1. Отключить звуковое оборудование, ТСО от электросети.

5.2. Убрать в предназначенное место спортивный инвентарь и оборудование.

5.3. Проветрить зал для физкультурных занятий и помещения бассейна, закрыть окна, фрамуги и выключить свет.

5.4. Обо всех недостатках, замеченных в ходе работы, доложить заместителю заведующего по административно-хозяйственной работе (завхозу) детского сада.

Разработчик инструкции: Уполномоченный по охране труда  
Граненкова И.В. \_\_\_\_\_

#### **С инструкцией ознакомлен:**

Фамилия ИО	дата	подпись