***ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ***

***ЛИЦЕЙ № 265***

***КРАСНОГВАРДЕЙСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА***

***«СОГЛАСОВАНО» «УТВЕРЖДАЮ»***

***Уполномоченный по ОТ ДИРЕКТОР ГБОУ ЛИЦЕЙ № 265***

***\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/С.В.Кулабухов / \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ Е.В.Михайлова/***

***23 августа 2017 года 24 августа 2017 года***

**ИНСТРУКЦИЯ**

**по охране труда**

**для инструктора по физической культуре**

**ИОТ - 044 – 2017**

ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда для инструктора по физическо й культуре

ИОТ-044-2017

**1 .Общие требования безопасности**

1.1. 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.   
1.2. При работе инструктором по физической культуре соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, установленные режимы труда и отдыха.   
1.3. При проведении занятий в гимнастическом зале возможно воз­действие на работающих и детей следующих опасных факторов:   
- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности зала для гимнастических занятий;   
- травмы при падении детей во время проведения подвижных игр и гимнастических упражнений;   
- поражение электрическим током при использовании неисправных электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов.   
1.4. В зале для гимнастических занятий должен быть вывешен ком­натный термометр для контроля температурного режима.   
1.5. Работающие обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и направления   
эвакуации при пожаре.   
1.6. При несчастном случае немедленно сообщить об этом админист­рации учреждения.   
1.7. В процессе работы соблюдать правила личной гигиены, содер­жать в чистоте рабочее место.   
1.8. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по ох­ране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, под­вергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

**2. Требования безопасности перед началом работы**

2.1. Включить полностью освещение зала для гимнастических занятий и убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность должна быть: при люминесцентных лампах не менее 200 лк. (13 вт/кв.м.), при лампах накаливания не менее 100 лк. (32 вт/кв.м.).   
2.2. Убедиться в исправности электрооборудования зала для гимна­стических занятий: светильники должны быть надежно подвешены к по­толку и иметь светорассеивающую арматуру; электрические коммутаци­онные коробки должны быть закрыты крышками, а электророзетки - фальшвилками; корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.   
2.3. При использовании на занятиях электрических звуковоспроизво­дящих музыкальных аппаратов убедиться в их исправности и целостности подводящих кабелей и электровилок.   
2.4. Проверить санитарное состояние зала для гимнастических заня­тий и проветрить его, 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. Убедиться в том, что температура воздуха в зале для гимнастиче­ских занятий не ниже 19°С.   
2.6. Во избежание падения и травмирования детей убедиться в том, что ковры и дорожки надежно прикреплены к полу, а спортивный инвен­тарь исправен и надежно закреплен.

**3. Требования безопасности во время работы**

3.1. Поддерживать дисциплину и порядок во время занятий, следить за тем. чтобы дети выполняли все указания инструктора.   
3.2. Не разрешать детям самовольно покидать место проведения занятия.   
3.3. Перед выполнением гимнастических упражнений обязательно провести с детьми небольшую разминку.   
3.4. При выполнении упражнений на шведской лестнице, других спортивных снарядах на высоте от пола обязательно страховать детей от падения, не разрешать им самостоятельно без разрешения инструктора подниматься на высоту.   
3.5. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблю­дать достаточные интервалы между детьми, чтобы не было столкновений.   
3.6. При выполнении прыжков и соскоков следить за тем, чтобы дети приземлялись мягко на носки ступней, пружинисто приседая.   
3.7. При проведении подвижных игр и соревнований следить за тем, что­бы не было столкновений между детьми, толчков и ударов по рукам и ногам.

**4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

4.1. При возникновении пожара немедленно эвакуировать детей из за­ла для гимнастических занятий, сообщить о пожаре администрации учре­ждения и в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.   
4.2. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации учреждения.   
4.3. При поражении электрическим током немедленно отключить на­пряжение и в случае отсутствия у пострадавшего дыхания и пульса сде­лать ему искусственное дыхание или провести непрямой (закрытый) мас­саж сердца до восстановления дыхания и пульса и отправить пострадавше­го в ближайшее лечебное учреждение

**5. Требования безопасности по окончании работы**

5.1. Выключить электрические звуковоспроизводящие аппараты.   
5.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.   
5.3. Проветрить зал для гимнастических занятий, закрыть окна, фра­муги и выключить свет.

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по

учебно-воспитательной работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/М.В.Боровикова/