

Приложение №103 к приказу
от 19.10.2023 № 1165

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное
учреждение высшего образования
**«КРЫМСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. В.И. Вернадского»**
(ФГАОУ ВО «КФУ им. В.И. Вернадского»)

**Инструкция по охране труда ИОТ-102-2023
для инструктора по ЛФК
ФГАОУ ВО «КФУ им. В.И. Вернадского»**

**г. Симферополь
2023**

1. Область применения

1.1. Настоящая инструкция по охране труда для инструктора по ЛФК разработана на основе установленных обязательных требований по охране труда в Российской Федерации, а также:

- 1) изучения видов работ инструктора по ЛФК;
- 2) результатов специальной оценки условий труда;
- 3) анализа требований профессионального стандарта;
- 4) определения профессиональных рисков и опасностей, характерных при работе инструктора по ЛФК;
- 5) анализа результатов расследования имевшихся несчастных случаев;
- 6) определения безопасных методов и приемов выполнения работ инструктором по ЛФК.

1.2. Выполнение требований настоящей инструкции обязательно для инструктора по ЛФК при выполнении им трудовых обязанностей независимо от его квалификации и стажа работы.

2. Нормативные ссылки

2.1. Инструкция разработана на основании следующих документов и источников:

2.1.1. **Трудовой кодекс Российской Федерации** от 30.12.2001 № 197-ФЗ;

2.1.2. **Правила по охране труда при эксплуатации электроустановок**, приказ Минтруда от 15.12.2020 № 903н;

2.1.3. **Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29.10.2021 № 772н** «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем»;

2.1.4. **Постановление главного государственного санитарного врача Российской Федерации** от 02.12.2020 № 40 «Об утверждении Санитарных правил СП 2.2.3670-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям труда"».

3. Общие требования охраны труда

3.1. Настоящая Инструкция предусматривает основные требования по охране труда для инструктора по ЛФК.

3.2. К самостоятельной работе в качестве инструктора по ЛФК допускаются лица не моложе 18 лет, прошедшие специальную подготовку.

Работник должен иметь I группу по электробезопасности.

3.3. Перед допуском к работе инструктор по ЛФК должен пройти медицинский осмотр, а также вводный инструктаж, первичный инструктаж на рабочем месте.

3.4. При последующей работе инструктор по ЛФК должен проходить периодический осмотр в установленные сроки.

3.5. В случае если инструктор по ЛФК привлекается к разовым работам, не связанным с основными обязанностями, он должен быть проинструктирован в объеме целевого инструктажа по охране труда с последующей проверкой знаний.

3.6. При нарушении инструктором по ЛФК правил охраны труда, изменении условий труда, перерывах в работе более чем на 30 календарных дней с ним должен быть проведен внеплановый инструктаж.

3.7. Все виды инструктажа должны быть зарегистрированы в журналах установленного образца.

3.8. Инструктор по ЛФК обязан знать и соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения и уметь правильно пользоваться ими.

3.9. Инструктор по ЛФК должен быть ознакомлен с инструкцией по первой помощи, действующей в учреждении, и знать, где в учреждении находится аптечка.

3.10. В зале для физкультурных занятий должен быть вывешен комнатный термометр для контроля температурного режима.

3.11. Знание и выполнение требований настоящей инструкции является обязанностью инструктора, а их несоблюдение рассматривается как нарушение трудовой дисциплины, что влечет за собой в зависимости от тяжести последствий ответственность, установленную законодательством РФ.

3.12. Инструктор по ЛФК обязан соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка и графики работы.

3.13. Инструктор по ЛФК обязан соблюдать режимы труда и отдыха.

3.14. При проведении занятий в физкультурном зале недопустимо воздействие на работающих и детей опасных факторов, приводящих к нарушению остроты зрения (при недостаточной освещенности зала для занятий), травмам (при падении детей во время проведения подвижных игр и упражнений), поражению электрическим током (при использовании неисправных электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов).

3.15. В качестве опасностей в соответствии с перечнем профессиональных рисков и опасностей, представляющих угрозу жизни и здоровью работников, при выполнении работ могут возникнуть следующие риски:

- опасность поражения током вследствие контакта с токоведущими частями, которые находятся под напряжением из-за неисправного состояния;

- опасность падения из-за потери равновесия, в том числе при спотыкании или поскользывании, при передвижении по скользким поверхностям или мокрым полам (косвенный контакт);

- опасность от вдыхания дыма, паров вредных газов и пыли при пожаре;

- опасность воспламенения;

- опасность воздействия открытого пламени;

- опасность воздействия повышенной температуры окружающей среды;

- опасность насилия от враждебно настроенных работников;

- опасность насилия от третьих лиц;

- опасность возникновения взрыва, происшедшего вследствие пожара.

3.16. В соответствии со спецификой деятельности СИЗ не предусмотрены, риски и опасности, требующие применения СИЗ, отсутствуют.

3.17. При возникновении несчастного случая пострадавший должен постараться привлечь внимание кого-либо из работников к произошедшему событию, при возможности сообщить о произошедшем начальнику отдела любым доступным для этого способом и обратиться в здравпункт (при наличии).

3.18. Инструктор по ЛФК должен немедленно извещать непосредственного руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, микротравме, происшедших на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

3.19. При обнаружении в зоне работы несоответствий требованиям охраны труда (неисправность оборудования, приспособлений, неогороженный проем, оголенные провода и т. д.) немедленно сообщить об этом непосредственному руководителю.

3.20. Для сохранения здоровья работник должен соблюдать личную гигиену.

3.21. Перед приемом пищи обязательно мыть руки теплой водой с мылом.

3.22. Для питья употреблять воду из диспенсеров, чайников.

3.23. Курить и принимать пищу разрешается только в специально отведенных для этой цели местах.

4. Требования охраны труда перед началом работы

4.1. Инструктор по ЛФК должен:

- включить полностью освещение зала для физкультурных занятий и убедиться в исправной работе светильников;
- убедиться в исправности электрооборудования физкультурного зала;
- при использовании на занятиях электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов убедиться в их исправности и целостности подводящих кабелей и электровилок;
- проверить санитарное состояние физкультурного зала и проветрить его (закончить проветривание за 30 минут до прихода детей).

4.2. Окна в физкультурном зале в открытом положении должны быть зафиксированы крючками, а фрамуги — иметь ограничители.

4.3. 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.

4.4. 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).

4.5. Температура воздуха в зале для гимнастических занятий должна быть не ниже 19 °С.

4.6. Ковры и дорожки должны быть надежно прикреплены к полу, а спортивный инвентарь — исправен и надежно закреплен.

4.7. При работе инструктор по ЛФК должен проверить исправность оборудования, правильность подключения оборудования к электросети. Убедиться внешним осмотром в отсутствии механических повреждений шнуров электропитания и корпусов средств оргтехники, в отсутствии оголенных участков проводов, в наличии защитного заземления.

4.8. Персональные компьютеры следует размещать таким образом, чтобы показатели освещенности не превышали установленных гигиенических нормативов, утвержденных в соответствии с пунктом 2 статьи 38 Федерального закона от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».

4.5. При работе инструктор по ЛФК не должен приступать к работе, если условия труда не соответствуют требованиям по охране труда или другим требованиям, регламентирующим безопасное выполнение работ, а также без получения целевого инструктажа по охране труда при выполнении работ повышенной опасности, несвойственных профессии работника разовых работ, работ по устранению последствий инцидентов и аварий, стихийных бедствий и при проведении массовых мероприятий.

5. Требования охраны труда во время работы

5.1. Инструктор по ЛФК во время работы должен:

- поддерживать дисциплину и порядок во время занятий;
- не разрешать детям самовольно покидать место проведения занятия;
- перед выполнением упражнений провести с детьми небольшую разминку;
- при выполнении упражнений на шведской лестнице, других спортивных снарядах на высоте от пола страховать детей от падения;
- при выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы между детьми, чтобы не было столкновений;
- при выполнении прыжков и соскоков следить за тем, чтобы дети приземлялись мягко на носки ступней, пружинисто приседая;
- при проведении подвижных игр и соревнований следить за тем, чтобы не было столкновений между детьми, толчков и ударов по рукам и ногам.

5.2. Инструктор по ЛФК должен следить за исправностью средств оргтехники и другого оборудования, соблюдать правила их эксплуатации и инструкции по охране труда для соответствующих видов работ. При производстве работ по выполнению рабочих операций быть внимательным, проявлять осторожность.

5.3. Инструктор по ЛФК должен поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте.

5.4. Отходы бумаги, скрепок и т. д. следует своевременно удалять с рабочего стола.

5.5. Содержать в порядке и чистоте рабочее место, не допускать загромождения коробками, сумками, папками, книгами и прочими предметами.

5.6. При ухудшении состояния здоровья, в том числе при проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления), работник обязан немедленно известить своего непосредственного или вышестоящего руководителя, обратиться в ближайший здравпункт.

5.7. Для предупреждения преждевременной утомляемости инструктора по ЛФК рекомендуется организовывать рабочую смену путем чередования работ с использованием ПЭВМ и без него.

5.8. При возникновении у инструктора по ЛФК при работе на ПЭВМ зрительного дискомфорта и других неблагоприятных субъективных ощущений, несмотря на соблюдение санитарно-гигиенических и эргономических требований, рекомендуется применять индивидуальный подход с ограничением времени работы с ПЭВМ.

5.9. Инструктор по ЛФК при посещении производственных площадок обязан пользоваться и правильно применять выданные ему средства

индивидуальной защиты. Работать только в исправной спецодежде и спецобуви и применять индивидуальные средства защиты.

5.10. Не курить, не принимать пищу на рабочем месте.

5.11. Соблюдать правила перемещения в помещении и на территории организации, пользоваться только установленными проходами.

6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

6.1. При выполнении работ инструктором по ЛФК возможно возникновение следующих аварийных ситуаций:

- повреждения и дефекты в конструкции зданий по причине физического износа, истечения срока эксплуатации;
- поражение электрическим током по причине неисправности электроприборов;
- технические проблемы с оборудованием по причине высокого износа оборудования;
- возникновение очагов пожара по причине нарушения требований пожарной безопасности.

6.2. При возникновении пожара немедленно эвакуировать посетителей из зала для гимнастических занятий, сообщить о пожаре в пожарную часть по телефону 101, администрации учреждения и приступить к тушению очага возгорания с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

6.3. При несчастном случае на производстве необходимо:

- быстро принять меры по предотвращению воздействия травмирующих факторов на потерпевшего, оказать потерпевшему первую помощь, при необходимости вызвать бригаду скорой помощи по телефону 103;
- сообщить о происшествии ответственному лицу за безопасное производство работ или другому должностному лицу нанимателя, обеспечить до начала расследования сохранность обстановки, если это не приведет к аварии или травмированию других людей.

6.4. 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.

6.5. При несчастном случае, микротравме необходимо оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь, сообщить своему непосредственному руководителю и сохранить без изменений обстановку на рабочем месте до расследования, если она не создаст угрозу для работающих и не приведет к аварии.

Оказывая помощь пострадавшему при переломах костей, ушибах, растяжениях, надо обеспечить неподвижность поврежденной части тела с помощью наложения тугой повязки (шины), приложить холод. При открытых переломах необходимо сначала наложить повязку и только затем — шину.

При наличии ран необходимо наложить повязку, при артериальном кровотечении — наложить жгут.

Пострадавшему при травмировании, отравлении и внезапном заболевании должна быть оказана первая помощь и при необходимости организована его доставка в учреждение здравоохранения.

6.6. В случае обнаружения какой-либо неисправности, нарушающей нормальный режим работы, ее необходимо остановить. Обо всех замеченных недостатках поставить в известность непосредственного руководителя.

7. Требования охраны труда по окончании работы

7.1. По окончании работы инструктор по ЛФК должен:

- выключить электрические звуковоспроизводящие аппараты;
- убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование;
- проветрить физкультурный зал, закрыть окна, фрамуги и выключить свет.

7.2. После окончания работ убрать рабочее место и привести в порядок используемое в работе оборудование.

7.3. По окончании работ работник должен вымыть руки теплой водой с мылом.

7.4. Об окончании работы и всех недостатках, обнаруженных во время работы, известить своего непосредственного руководителя.

7.5. Выйти с территории предприятия через проходную.