

Приложение №104 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-103-2023
для тренера-преподавателя
ФГАОУ ВО «КФУ им. В.И. Вернадского»**

**г. Симферополь
2023**

1. Область применения

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

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

1.2. Выполнение требований настоящей инструкции обязательны для тренера-преподавателя 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 2 декабря 2020 года п 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 тренера-преподавателя.

3.2. К самостоятельной работе по проведению занятий по физической культуре со студентами допускается преподаватель, имеющий соответствующую выполняемой работе квалификацию, прошедший медосмотр, вводный и первичный на рабочем месте инструктажи по охране

труда, обучение и проверку знаний по охране труда, обученный безопасности труда при работе с учебным оборудованием и инвентарем.

3.3. Для выполнения работ с учебным электрическим оборудованием следует изучить инструкции по его эксплуатации, пройти специальный инструктаж и получить группу I по электробезопасности.

3.4. Преподаватель, выполняющий работу с использованием персонального компьютера, аудио- и видеотехники, копировально-множительной техники, факсимильного аппарата и другого учебного оборудования, независимо от квалификации и стажа работы не реже одного раза в шесть месяцев должен проходить повторный инструктаж по охране труда.

3.5. В случае нарушения требований безопасности труда, при перерыве в работе более чем на 60 календарных дней преподаватель должен пройти внеплановый инструктаж.

3.6. Преподаватель, не прошедший своевременно инструктажи по охране труда и не имеющий группу I по электробезопасности, к самостоятельной работе не допускается.

3.7. Преподаватель, показавший неудовлетворительные навыки и знания требований безопасности при работе с учебным оборудованием и инвентарем, к самостоятельной работе не допускается.

3.8. Преподаватель, допущенный к самостоятельной работе, должен знать: правила технической эксплуатации и требования безопасности при работе с учебным оборудованием и инвентарем, способы рациональной организации рабочего места, санитарно-гигиенические требования к условиям труда, опасные и вредные производственные факторы, которые могут оказывать неблагоприятное воздействие на человека, в том числе на студентов.

3.9. Преподаватель, направленный для участия в несвойственных его должности работах, должен пройти целевой инструктаж по безопасному выполнению предстоящих работ.

3.10. Преподавателю запрещается пользоваться учебным оборудованием, приборами и инвентарем, безопасному обращению с которым он не обучен.

3.11. Для предупреждения возможности возникновения пожара преподаватель должен соблюдать требования пожарной безопасности сам и не допускать нарушений со стороны других работников и обучающихся.

3.12. Тренер-преподаватель обязан соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка и графики работы.

3.13. Тренер-преподаватель обязан соблюдать режимы труда и отдыха.

3.14. При проведении занятий по физической культуре на преподавателя и обучающихся могут воздействовать в основном следующие опасные и вредные производственные факторы:

– нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности зала;

- травмы при проведении занятий с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;
- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- травмы во время прыжков в длину или высоту при неподготовленной прыжковой яме;
- травмы при нахождении в зоне броска во время спортивных занятий по метанию;
- травмы при выполнении упражнений на спортивных снарядах с влажными ладонями на загрязненных снарядах;
- травмы при выполнении гимнастических упражнений без использования гимнастических матов;
- травмы при столкновениях во время бега или спортивной игры, при падениях во время спуска с горы на лыжах или при прыжках с лыжного трамплина;
- обморожения при проведении занятий по лыжам при ветре более 1,5–2,0 м/с и при температуре воздуха ниже -20°C ;
- травмы и утопления во время проведения занятий по плаванию, при прыжках в воду головой вниз на мелком месте или нахождении рядом других студентов;
- купание сразу после приема пищи или большой физической нагрузки;
- проведение занятий без разминки;
- поражение электрическим током при использовании неисправного электрического оборудования.

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 пола (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. Тренер-преподаватель 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 проём, 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. Перед началом занятий преподаватель должен:

4.1.2. В раздевалках:

- проверить устойчивость мебели в раздевалках;
- проверить исправность сантехнического оборудования в душевых кабинах и туалетных комнатах;
- обеспечить аккуратную расстановку скамеек в раздевалке.

Запрещается ставить тяжелые предметы на незакрепленные шкафы, использовать неисправную мебель и санитарно-техническое оборудование.

4.1.3. В тренажерном зале:

- подготовить тренажерный зал для обеспечения безопасности и эффективности занятий;
- соблюдать правила использования тренажеров, установленные режимы занятий и отдыха;
- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря, имеющегося в тренажерном зале.

Запрещается использовать неисправные тренажеры. непригодное оборудование должно быть исключено из пользования во избежание травм.

4.1.4. В спортивном зале:

- подготовить спортивный зал для обеспечения безопасности и эффективности занятия;
- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря, имеющегося в спортивном зале;
- протереть гриф перекладины сухой ветошью и зачистить мелкой наждачной бумагой;
- проверить надежность крепления перекладины, крепления опор гимнастического коня и козла, крепления стопорных винтов брусьев;
- в местах соскоков со снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

Запрещается использовать непригодное оборудование и спортивный инвентарь. непригодное оборудование должно быть исключено из пользования во избежание травм. 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). Светильники должны быть ограждены металлической сеткой.

4.1.5. На спортивной площадке:

- подготовить спортивную площадку для обеспечения безопасности и эффективности занятия;
- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря, имеющегося на спортивной площадке;
- тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме – месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов;
- протереть насухо спортивные снаряды для метания (диск, ядро, гранату и т. п.).

Запрещается использовать непригодное оборудование и спортивный инвентарь. непригодное оборудование должно быть исключено из пользования во избежание травм.

4.1.6. Перед проведением занятий на лыжах:

- проверить исправность лыжного инвентаря и подогнать крепление лыж к обуви (лыжные ботинки должны быть подогнаны по размеру ноги).

Запрещается катание на лыжах при обнаружении внезапной опасности на трассе.

4.1.7. Перед проведением занятий по плаванию:

- обеспечить выполнение студентами санитарно-гигиенических правил и выполнение персоналом бассейна функциональных обязанностей;
- контролировать соблюдение воздушного и теплового режима в бассейне.

4.1.8. Преподаватель должен убрать все лишние предметы, не используемые в работе.

4.1.9. Перед началом работы на учебном оборудовании необходимо его осмотреть и убедиться в полной исправности, в том числе визуально проверить исправность электрического шнура, вилки и розетки, с помощью которых осуществляется питание этого оборудования.

4.1.10. Преподаватель должен лично убедиться в том, что все меры, необходимые для обеспечения безопасности обучающихся, выполнены.

4.1.11. Преподаватель не должен приступать к работе, если у него имеются сомнения в обеспечении безопасности при выполнении предстоящей учебной работы.

4.2. Занятия по физической культуре необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующей виду занятий, сезону и погоде.

4.3. При работе тренер-преподаватель 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.

4.5. При работе тренер-преподаватель не должен приступать к работе, если условия труда не соответствуют требованиям по охране труда или другим требованиям, регламентирующим безопасное производство 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. Во время работы преподаватель должен быть вежливым, вести себя спокойно и выдержанно, избегать конфликтных ситуаций, которые могут вызвать нервно-эмоциональное напряжение и отразиться на безопасности труда.

5.2. Во время работы преподавателю следует быть внимательным, не отвлекаться от выполнения своих обязанностей.

5.3. Во время работы преподавателю не разрешается оставлять обучающихся в течение занятий и на переменах, а также работающих с учебным оборудованием, без присмотра; это допускается только в исключительных случаях с разрешения непосредственного руководителя.

5.4. Преподаватель должен включать учебное оборудование в работу в той последовательности, которая определена инструкцией по эксплуатации.

5.5. Для подключения учебного оборудования к электрической сети необходимо использовать шнур питания, поставляемый в комплекте с оборудованием; не следует использовать для этой цели самодельные электрические шнуры.

5.6. Все работы со спортивным оборудованием и инвентарем должны выполняться в соответствии с инструкцией по их эксплуатации.

5.7. Во избежание пожара в помещении, где проводятся занятия, запрещается курить, зажигать спички, пользоваться огнем и открытыми электронагревательными приборами.

5.8. Во избежание случаев электротравматизма выполнять любые работы по техническому обслуживанию учебного оборудования, находящегося под напряжением электрической сети, запрещается.

5.9. Во время проведения занятий по физической культуре преподаватель должен:

- обеспечить устойчивый порядок и дисциплину обучающихся во время занятий;

- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря;

- обеспечить безопасное выполнение упражнений;

- при выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы между обучающимися для избежания столкновений.

5.10. Запрещается:

- допускать занятие обучающихся в отсутствие преподавателя;

- заниматься на тренажерах в отсутствие преподавателя;

- допускать обучающихся к занятиям без спортивной формы и обуви;

- выполнять упражнения на неисправных, непрочных и ненадежно закрепленных тренажерах, спортивном оборудовании;

- выполнять упражнения на спортивных снарядах без преподавателя, а также без страховки;

- выполнять упражнения на спортивных снарядах с влажными руками;

- стоять близко к спортивному снаряду при выполнении упражнений другим студентом;

- проводить занятия без разминки;

- допускать до занятий обучающихся, имеющих медицинские противопоказания.

5.11. Преподавателю следует проявлять осторожность при передвижении по помещениям учебного заведения, а также по территории учебного заведения.

5.12. При передвижении по территории следует обращать внимание на неровности на поверхности и скользкие места, остерегаться падения из-за поскользывания.

5.13. Во избежание травмирования головы нужно быть внимательным при передвижении возле низкорасположенных конструктивных элементов здания.

5.14. Тренер-преподаватель должен следить за исправностью средств оргтехники и другого оборудования, соблюдать правила их эксплуатации и инструкции по охране труда для соответствующих видов работ.

5.15. Тренер-преподаватель должен поддерживать чистоту и порядок на рабочем месте.

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

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

5.18. 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.

5.19. Для предупреждения преждевременной утомляемости тренера-преподавателя рекомендуется организовывать рабочую смену путем чередования работ с использованием ПЭВМ и без него.

5.20. При возникновении у тренера-преподавателя 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.

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

5.22. 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 преподавателем 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 обнаружении каких-либо неполадок в работе учебного оборудования необходимо прекратить работу, выключить оборудование и

сообщить об этом непосредственному руководителю для организации ремонта.

6.3. Преподавателю не следует самому устранять технические неполадки учебного оборудования.

6.4. При несчастном случае, внезапном заболевании необходимо немедленно оказать первую помощь пострадавшему, вызвать врача или помочь доставить пострадавшего к врачу, а затем сообщить руководителю о случившемся.

6.5. При возникновении пожара необходимо немедленно сообщить об этом в пожарную охрану, руководителю работ и приступить к тушению очага возгорания имеющимися средствами пожаротушения (с помощью огнетушителя, внутреннего пожарного водопровода, установки пожаротушения и т. п.).

6.6. Преподаватель при обнаружении пожара или признаков горения (задымление, запах гари, повышение температуры и т. п.) обязан немедленно уведомить об этом пожарную охрану.

6.7. До прибытия пожарной охраны преподаватель обязан принимать меры по эвакуации людей, имущества и приступить к тушению пожара.

6.8. Следует организовать встречу подразделений пожарной охраны и оказать помощь в выборе кратчайшего пути для подъезда к очагу пожара.

6.9. 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 тугй 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.

6.10. 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 преподаватель должен выключить учебное оборудование и отсоединить сетевой шнур от электрической сети.

7.2. Преподаватель должен привести в порядок свое рабочее место, убрать спортивный инвентарь и оборудование в отведенное место.

7.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

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

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

7.6. Выйти с территории предприятия через проходную.