

**краевое государственное казенное учреждение для детей-сирот
и детей, оставшихся без попечения родителей
«Ачинский детский дом № 1»**

СОГЛАСОВАНО
Представитель трудового
коллектива КГКУ «Ачинский детский дом №1»
_____ С.В. Гладиллин
« ____ » _____ 20 ____ г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор КГКУ «Ачинский детский дом №1»
_____ В.А. Антропова
« ____ » _____ 20 ____ г.

**ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда**

Для инструктора по физической культуре

(наименование профессии, должности или вида работ)

ИОТ-07 - 2017

1. Общие требования безопасности

1.1. К самостоятельной работе инструктором по физической культуре допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, имеющие среднее профессиональное или высшее образование, при отсутствии требований к стажу работы, прошедшие соответствующую подготовку, вводный инструктаж по охране труда и пожарной безопасности, инструктаж на рабочем месте, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При работе инструктором по физической культуре соблюдать:

- выполнять требования личной гигиены, содержать в чистоте рабочее место;
- правила внутреннего трудового распорядка;
- знать и выполнять свою должностную инструкцию;
- соблюдать Устав учреждения, Коллективный договор, трудовой договор;
- соблюдать установленные режимы труда и отдыха (согласно графику работы);
- обеспечивать безопасность жизни и здоровья детей во время организации учебно-воспитательного процесса с воспитанниками;
- соблюдать порядок и не загромождать рабочее место, пути эвакуации посторонними предметами.

1.3. При проведении занятий в спортивном зале возможно воздействие на работающих и детей следующих опасных факторов:

- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности зала для спортивных 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 спортивных занятий должен быть вывешен комнатный термометр для контроля температурного режима.

1.5. Инструктор по физической культуре обязан соблюдать противопожарный режим учреждения, правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения (порошковым, углекислотным огнетушителями), а также направления эвакуации при пожаре.

1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан сообщить об этом директору детского дома, при неисправности оборудования прекратить работу и сообщить заместителю директора по АХР.

1.7. Инструктор по физической культуре должен знать, где находится медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания

первой медицинской помощи при травмах. Оперативно принимать участие по оказанию первой медицинской помощи пострадавшему.

1.8. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка учреждения и законодательством РФ, а, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

2. Требования безопасности перед началом работы

2.1. Включить полностью освещение зала для спортивных занятий и убедиться в исправной работе светильников.

2.2. Убедиться в исправности электрооборудования зала для спортивных занятий: светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; электрические коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, а электророзетки - фальшивками; 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 спортивных и 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 спортивных занятий не ниже 19°C°.

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. Инструктор по физической культуре, при проведении занятий обязан обеспечить:

- поддержание надлежащего порядка и чистоты;
- проведение дополнительного инструктажа воспитанников по технике безопасности перед выполнением физических упражнений с большими нагрузками;
- строгое соблюдение всех требований (СанПиН 2.4.2.2821-10).

3.2. Поддерживать дисциплину и порядок во время занятий, следить за тем, чтобы дети выполняли все указания инструктора.

3.3. При проведении групповых и индивидуальных занятий с детьми соблюдать установленную их продолжительность в зависимости от возраста детей, строго соблюдать все рекомендации медицинского работника по дозировке физической нагрузки для воспитанников.

3.4. Не разрешать детям самовольно покидать место проведения занятия.

3.5. Перед выполнением гимнастических упражнений обязательно провести с детьми небольшую разминку.

3.6. 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.

3.7. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы между детьми, чтобы не было столкновений.

3.8. При выполнении прыжков и соскоков следить за тем, чтобы дети приземлялись мягко на носки ступней, пружинисто приседая.

3.9. 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 спортивных занятий, поставить в известность о пожаре в ближайшую пожарную часть,

администрацию учреждения и самостоятельно 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 спортивных занятий, закрыть окна, фрамуги и выключить свет.

5.4. Закрыть кабинет на ключ.

5.5. Обо всех недостатках, отмеченных во время работы, сообщить директору, его заместителю по АХР.

6. Требования по оказанию первой помощи воспитанникам в спортзале

6.1. При переломах:

а) уменьшить подвижность обломков, в месте перелома - наложить шину. При открытых переломах - остановить кровотечение, положить стерильную повязку и шину.

При переломах позвоночника - транспортировка на животе с подложенным под грудь валиком.

6.2. При поражении электрическим током:

а) немедленно прекратить действие электрического тока, выключив рубильник, сняв с пострадавшего провода сухой тряпкой.

Оказывающий помощь должен обезопасить себя, обернув руки сухой тканью, встав на сухую доску или толстую резину.

б) на место ожога наложить сухую повязку;

в) тёплое питьё;

г) при расстройстве или остановке дыхания пострадавшему проводить искусственное дыхание.

6.3. При вывихах:

а) наложить холодный компресс;

б) сделать тугую повязку.

6.4. При обмороке:

а) уложить пострадавшего на спину с несколько запрокинутой назад головой и приподнятыми нижними конечностями;

б) обеспечить доступ свежего воздуха;

в) расстегнуть воротник, пояс, одежду;

г) дать понюхать нашатырный спирт;

д) когда больной придёт в сознание - горячее питьё.

6.5. При термических ожогах:

а) потушить пламя, накинув на пострадавшего одеяло, ковёр и т.д., плотно прижав его к телу;

б) разрезать одежду;

в) поместить обожжённую поверхность под струю холодной воды;

г) провести обработку обожжённой поверхности - компресс из салфеток, смоченных спиртом, водкой и т.д.;

д) согревание пострадавшего, питьё горячего чая.

6.6. При отравлении:

а) дать выпить несколько стаканов слабого раствора марганцево-кислого калия;

- б) вызвать искусственную рвоту;
- в) дать слабительное;
- г) обложить грелками, дать горячий чай.

6.7. При сотрясении головного мозга:

- а) уложить на спину с приподнятой на подушке головой;
- б) на голову положить пузырь со льдом.

6.8. Кровотечения при ранениях:

- а) придать повреждённой поверхности приподнятое положение;
- б) наложить давящую повязку;
- в) при кровотечении из крупной артерии - предварительно придавить артерию пальцем выше места ранения;
- г) наложить жгут (под жгут записку с временем наложения жгута).

6.9. При кровотечении из носа:

- а) доступ свежего воздуха;
- б) запрокинуть голову;
- в) холод на область переносицы;
- г) введение в ноздрю ваты, смоченной раствором перекиси водорода.

6.10. Повреждение органов брюшной полости:

- а) положить на спину, подложив в подколенную область свёрток одежды или одеяла;
- б) положить на живот пузырь со льдом.

Инструкцию разработал: _____ / Должных Е.В.