

**ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ГОРОДА МОСКВЫ**

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение города Москвы  
«Школа № 1595»**

**СОГЛАСОВАНО**

Председатель профсоюзного  
комитета ГБОУ Школа №1595  
Ю.В. Кирпичникова  
2019г.



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор ГБОУ Школа №1595  
М.В. Булаева  
2019г.



**ИНСТРУКЦИЯ**

**ПО ОХРАНЕ ТРУДА  
ДЛЯ УЧИТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**ИОТ-015-2019**

## **1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА**

1.1. К работе учителем физкультуры допускаются педагогические работники, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.2. Опасные производственные факторы:

- поражение электрическим током при неисправном электрооборудовании;
- возникновение пожара при нарушении правил пожарной безопасности;
- получение травм при нарушении правил и норм техники безопасности во время проведения спортивно-массовых мероприятий;
- травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
- травмы при нахождении в зоне броска при метании;
- травмы при выполнении упражнений на неисправных спортивных снарядах,
- травмы при использовании неисправного спортивного инвентаря.

1.3. Учитель физкультуры несет личную ответственность за техническое состояние, исправность спортивного оборудования и инвентаря.

1.4. При получении обучающимся травмы оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения и родителям пострадавшего, при необходимости вызвать «скорую помощь».

1.5. Обучающиеся к урокам физкультуры допускаются только после прохождения медицинского осмотра и инструктажа по технике безопасности.

1.6. Навешивать и натягивать сетки на футбольные ворота, волейбольные, гандбольные, баскетбольные и т.п. сетки обучающимся запрещается.

1.7. Во время проведения занятий иметь медицинскую аптечку.

1.8. После занятий по физкультуре принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

## **2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ**

2.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Проверить место проведения занятий.

2.3. Проверить исправность и надежность крепления перекладин, крепления опор гимнастического коня и козла, закрепление стопорных винтов брусьев, футбольных ворот, баскетбольных щитов, гимнастических лестниц, элементов полосы препятствий и другого спортивного оборудования и инвентаря, используемого при проведении занятия.

2.4. В местах соскоков со снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

2.5. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме – месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.

2.6. Протереть гриф перекладины сухой тряпкой и зачистить шкуркой.

2.7. Проинструктировать обучающихся по мерам безопасности во время занятий, провести разминку.

## **3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ**

3.1. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли людей в секторе метания.

3.2. Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, не приземляться при прыжке на руки.

3.3. Не стоять справа от метającego, не находиться в зоне броска, не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.

- 3.4. Не подавать снаряд для метания друг другу броском.
- 3.5. При групповом старте на короткие дистанции следить, чтобы у каждого была своя дорожка. Дорожка должна продолжаться не менее чем на 15м за финишную отметку.
- 3.6. При выполнении прыжков и соскоков со снарядов приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая.
- 3.7. При выполнении упражнений потоком (один за другим) следить за соблюдением достаточных интервалов, чтобы не было столкновений.
- 3.8. Следить за тем, чтобы обучающиеся не выполняли упражнения на спортивных снарядах без учителя или его помощника, а также без страховки.
- 3.9. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах с влажными ладонями.
- 3.10. Упражнения на гимнастических снарядах выполнять с обязательной страховкой.

#### **4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**

- 4.1. При обнаружении неисправности в спортивном оборудовании, поломке спортивного инвентаря, немедленно прекратить занятия и сообщить администрации учреждения. Возобновлять занятия разрешается только после устранения неисправности или замене инвентаря.
- 4.2. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреждения.
- 4.3. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать обучающихся из спортивного зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и администрации учреждения и приступить к тушению очага возгорания первичными средствами пожаротушения.
- 4.4. При получении обучающимся травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения и родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

#### **5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ**

- 5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- 5.2. Протереть гриф перекладки сухой тряпкой и зачистить шкуркой.
- 5.3. Проверить противопожарное состояние помещения.
- 5.4. Проветрить помещение, закрыть окна, форточки, фрамуги, двери аварийных выходов.
- 5.5. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
- 5.6. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.
- 5.7. Обо всех недостатках, обнаруженных во время рабочего дня, сообщить непосредственному руководителю.

Инструкцию составил:  
Заместитель директора по УВР

  
О.В.Шуванова

СОГЛАСОВАНО:  
Специалист по охране труда

  
А.Е.Монаенков