

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда для Инструктора по физической культуре
№ ИОТ 008-2018

1. Общие требования безопасности

1.1. К самостоятельной работе в качестве инструктора по физической культуре допускаются лица старше 18 лет, прошедшие соответствующую подготовку, медицинский осмотр, обучение безопасным методам и приёмам работы, вводный и первичный на рабочем месте инструктажи по охране труда, стажировку и проверку знаний требований охраны труда.

1.2. Инструктор по физической культуре должен:

- соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка, установленные режимы труда и отдыха;
- выполнять требования охраны труда и пожарной безопасности, знать порядок действий при пожаре, уметь применять первичные средства пожаротушения;
- знать приёмы оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях;
- извещать своего непосредственного руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем на производстве, об ухудшении своего здоровья.

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

- нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности зала для гимнастических занятий;
- травмы при падении посетителей во время проведения соревнований и запуска моделей;
- поражение электрическим током при использовании неисправных электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов, радиомоделей.

1.4. В зале для тренировочных полётов моделей 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. Работникам запрещается появляться и находиться на территории организации и на рабочем месте в состоянии алкогольного, наркотического или токсического опьянения.

1.9. За нарушение трудовой дисциплины, несоблюдение требований нормативных документов по охране труда работник привлекается к дисциплинарной ответственности в соответствии с действующим законодательством РФ.

2. Требования безопасности перед началом работы

2.1. Включить полностью освещение зала для тренировочных полётов и убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность должна быть: при люминесцентных лампах не менее 200 лк. (13 вт/м²), при лампах накаливания не менее 100 лк. (32 вт/м²).

2.2. Убедиться в исправности электрооборудования зала для тренировочных полётов: 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, радиомоделей убедиться в их исправности и целостности подводных кабелей и электровилок.

2.4. Проверить санитарное состояние зала для тренировочных полётов и проветрить его, открыв окна или фрамуги и двери. Окна в открытом положении фиксировать крючками, а фрамуги должны иметь ограничители. Проветривание закончить за полчаса до прихода посетителей.

2.5. Убедиться в том, что температура воздуха в зале для тренировочных полётов не ниже 17° С.

2.6. Во избежание падения и травмирования посетителей 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 посетители выполняли все указания инструктора.

3.2. Не разрешать посетителям самовольно покидать место проведения занятия.

3.3. Перед выполнением тренировочных полётов обязательно убедиться в исправности модели

3.4. При запуске моделей потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы между посетителями, чтобы не было столкновений.

3.5. При проведении подвижных игр и соревнований следить за тем, чтобы не было столкновений между посетителями, толчков и ударов по рукам и ногам.

3.7. При запуске моделей следить, чтобы модель не столкнулась с посетителями в зале. Обеспечить безопасную зону для посетителей, исключая случайное столкновение.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении пожара немедленно эвакуировать посетителей из зала, сообщить о пожаре в пожарную часть по телефону 01 или 101(сотовый), администрации учреждения и приступить к тушению очага возгорания с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

4.2. 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 03 или 103(сотовый);

— 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.

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 спортивный зал, закрыть окна, фрамуги и выключить свет.

5.4. Обо всех недостатках, отмеченных во время работы, сообщить заместителю руководителя по АХЧ.

Разработал Специалист по Охране труда Фаталов В.П.


