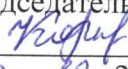


СОГЛАСОВАНА

Председатель профкома

 Н.В. Карнован

« 19 » 12 2024г.

УТВЕРЖДЕНА

Директор МБОУ СОШ с. Стародубское

Л. Н. Гайнуллина

Приказ от 12.12.2024 № 456-ОД



Инструкция № 19/1 по охране труда учителя физической культуры, инструктора по физической культуре

Настоящая инструкция по охране труда (далее – инструкция) разработана в целях обеспечения безопасности труда и сохранения жизни и здоровья работников при выполнении им своих трудовых обязанностей, на основании Трудового кодекса РФ, приказа Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 29 октября 2021 г. № 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем», иных нормативно-правовых актов по охране труда, а также на основе оценки профессиональных рисков, выполненной во исполнение приказа от 14.06.2022 № 184-ОД, а также с учётом результатов функционирования системы охраны труда в 2024 году.

1. Общие требования охраны труда

1.1. Настоящая инструкция по охране труда для учителя физической культуры, инструктора по физической культуре (далее – работник, учитель) муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа» с. Стародубское (далее – школа), разработана в целях обеспечения безопасности их труда, сохранения жизни и здоровья при выполнении им своих должностных обязанностей. Инструкция определяет профессиональные риски конкретного сотрудника школы, устанавливает требования охраны труда перед началом работы, во время работы, по окончании рабочего процесса, определяет безопасные методы и приёмы выполнения работ в мастерской, помещениях общего пользования, иных кабинетах школы, и на территории, а также требования охраны труда в аварийных ситуациях.

1.2. К выполнению обязанностей работника допускается лицо, соответствующее квалификации (профстандарта) по своей должности, соответствующее требованиям, касающихся прохождения предварительного (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров, обязательного психиатрического освидетельствования (не реже 1 раза в 5 лет), профессиональной гигиенической подготовки и аттестации) при приёме на работу и далее (не реже 1 раза в 2 года), вакцинации, наличия личной медицинской книжки с результатами медицинских обследований и лабораторных исследований, сведениями о прививках, о прохождении профилактической гигиенической подготовки.

1.3. При приёме на работу работник проходит вводный инструктаж, первичный инструктаж и повторные инструктажи на рабочем месте (2 раза в год).

1.4. Работник проходит плановые и внеплановые, целевые инструктажи по охране труда в случаях, установленных законом и локальными актами школы, и проверки знания требований охраны труда.

1.5. Работник должен изучить настоящую инструкцию, пройти обучение по охране труда и проверку знания требований охраны труда, обучение приемам оказания

первой помощи пострадавшим, обучение правилам пожарной безопасности и электробезопасности и проверку знаний правил в объеме должностных обязанностей с присвоением **I группы** допуска по электробезопасности.

1.6. Работник, назначенный ответственным за учебный кабинет:

- соблюдает требования безопасности и контроль состояния рабочих мест, учебного оборудования, наглядных пособий и инвентаря;
- не допускает проведения учебных занятий, секций в не оборудованных для этих целей и не принятых в эксплуатацию помещениях, спортивных площадках;
- не допускает учащихся к проведению занятий или работ без предусмотренной спецодежды, спецобуви и других средств индивидуальной защиты, инструктажа;
- контролирует оснащение учебного помещения противопожарным оборудованием, медицинскими и индивидуальными средствами защиты, а каждого рабочего места - инструкцией, наглядной агитацией по вопросам обеспечения безопасности жизнедеятельности;
- проводит инструктаж по охране труда учащихся;
- вносит предложения по улучшению и оздоровлению условий проведения образовательного процесса, а также доводит до сведения своего непосредственного руководителя о недостатках в обеспечении образовательного процесса, снижающих жизнедеятельность и работоспособность организма учащихся (недостаточность освещенности, шум аппаратуры, нарушение экологии на рабочих местах и др.);
- подаёт в установленном порядке заявки на спецодежду, спецобувь и другие средства индивидуальной защиты учащихся (при наличии соответствующих требований), а также на комплектование аптечки первой помощи пострадавшим;
- немедленно сообщает директору школы (дежурному администратору) о каждом несчастном случае, происшедшем с учащимся;
- сообщает о выходе спортивного оборудования и инвентаря непосредственному руководителю либо директору;
- несет ответственность в соответствии с действующим законодательством о труде за несчастные случаи, происшедшие с учащимися во время образовательного процесса в результате нарушения норм и правил охраны труда и техники безопасности.

1.7. Работник, осуществляющий функции классного руководителя:

- обеспечивает безопасное проведение образовательного процесса;
- принимает меры по оказанию первой помощи учащимся;
- вносит предложения по улучшению и оздоровлению условий проведения образовательного процесса, а также доводит до сведения педагога, ответственного за кабинет, курирующего заместителя директора обо всех недостатках в обеспечении образовательного процесса, снижающих жизнедеятельность и работоспособность организма учащихся;
- проводит инструктажи учащихся по безопасности труда на воспитательных мероприятиях;
- проводит изучение учащимися правил по охране труда, правил дорожного движения, поведения в быту, на транспорте, на воде, правил пожарной безопасности и антитеррористической защищённости и т.д.;
- несет ответственность за сохранение жизни и здоровья учащихся, воспитанников во время образовательного процесса;

- осуществляет контроль за соблюдением учащимися правил (инструкций) по охране труда;
- соблюдает требования охраны труда при выполнении своих трудовых функций, включая выполнение требований инструкций по охране труда, правил внутреннего трудового распорядка, а также соблюдение производственной, технологической дисциплины, выполнение указаний непосредственного руководителя;
- проходит медицинские осмотры, психиатрические освидетельствования по направлению директора школы;
- проходит подготовку по охране труда, а также по вопросам оказания первой помощи пострадавшим в установленные сроки, инструктажи, а также обучение и проверку знания требований охраны труда;
- участвует в административно-общественном контроле за состоянием условий и охраны труда на своем рабочем месте;
- о выявленных недостатках работы системы охраны труда школы докладывает своему непосредственно курирующему заместителю директора или директору и действует по его указанию;
- незамедлительно извещает своего непосредственного руководителя, заместителя директора по безопасности или дежурного администратора о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью учащихся, а также о микроповреждениях (микротравмах) или несчастных случаях;
- при возникновении аварий действует в соответствии с утвержденным директором школы алгоритмом действий в случае их возникновения и принимает необходимые меры по ограничению развития возникшей аварии и ее ликвидации;
- принимает меры по оказанию первой помощи пострадавшим и вызову скорой медицинской помощи (в случае необходимости).

1.8. Работник в целях соблюдения требований охраны труда обязан:

- Неукоснительно соблюдать требования охраны труда и производственной санитарии при выполнении своих должностных обязанностей, инструкции по охране труда, охране жизни и здоровья учащихся;
- Хранить на рабочем месте настоящую инструкцию и иные инструкции по охране труда;
- Обеспечивать режим соблюдения правил по охране труда, пожарной безопасности и антитеррористической защищённости во время организации образовательной деятельности;
- Соблюдать санитарно-эпидемиологические требования, правила личной гигиены, следить за соблюдением учащимися правил личной гигиены;
- Знать и неукоснительно соблюдать правила эксплуатации и требования безопасности при работе со спортивным инвентарём, компьютерным оборудованием, оргтехникой, электрооборудованием;
- Правильно организовать своё рабочее место;
- Иметь чёткое представление об опасных и вредных факторах, о профессиональных рисках, связанных с выполнением своих должностных обязанностей, должностных обязанностей других сотрудников, знать основные способы защиты от их воздействия;
- Заботиться о личной безопасности и личном здоровье, а также о безопасности и здоровье учащихся;
- Знать порядок действий при возникновении любой чрезвычайной ситуации, эвакуации, сигналы оповещения, телефоны экстренных служб;

- Уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения, аптечкой первой помощи пострадавшим, знать правила её применения, уметь оказывать первую помощь пострадавшим;
- Соблюдать Устав школы, правила внутреннего распорядка и иные локальные акты школы, свою должностную инструкцию, настоящую инструкцию и иные инструкции по охране труда;
- Соблюдать режим труда и отдыха, контролировать соблюдение режима труда и отдыха учащимися, способствовать благоприятной нравственно-эмоциональной атмосфере среди учащихся;
- Правильно организовать свою работу и учебный процесс, в том числе, с учётом требований СанПиН к занятиям на открытом воздухе в различное время года и при различных погодных условиях;
- Соблюдать требования к рабочей форме одежды и обуви во время непосредственного исполнения должностных обязанностей.

1.9. Вредные и опасные производственные факторы (профессиональные риски):

- Напряженность трудового процесса, нагрузка на голосовой и слуховой аппарат;
- Недостаточная освещённость рабочего места или её избыток;
- Нарушение остроты зрения ввиду длительной работы на персональном компьютере;
- Электрические опасности (опасность поражения электрическим током, неблагоприятное воздействие на организм электрического поля при работе с оргтехникой);
- Травмирование при демонстрации упражнений на спортивных снарядах, имеющих дефекты или недостаточно закрепленных;
- Травмирование при неаккуратном обращении обучающихся со спортивным инвентарем;
- Травмирование при беге на влажном полу, на снегу, по влажной траве (земле);
- Психо-эмоциональное перенапряжение;
- Термические опасности (получение ожога о греющие части оборудования, предметов);
- Механические опасности (порез, укол, защемление частей тела, царапины проч.);
- Гравитационные опасности (падение предметов сверху, падение с высоты своего роста, с мебели, из-за особенностей обуви, поскользывание и т.д.);
- Опасность физического и морального воздействия третьих лиц;
- Опасность шума (длительность и систематичность), перенапряжение голосового анализатора;
- Террористический акт;
- Пожар;
- Опасности заражения патогенами, инфекционными и респираторными заболеваниями, паразитами и насекомыми;
- Опасность пищевого отравления;
- Транспортное средство (ДТП);
- Механические опасности (ударение о предметы, жёсткие конструкции, мебель);
- Опасность, связанная с возможностью не услышать сигнал оповещения об опасности;
- Природные опасности (укусы насекомых, животных, ожоги растениями, воздействие солнечных лучей и т.д.).

1.10. При обнаружении неисправности мебели, компьютерного оборудования, иного оборудования, стендов, канцелярских принадлежностей, спортивного оборудования и инвентаря, нарушении целостности напольного покрытия, иных обстоятельствах, которые могут способствовать ухудшению рабочего процесса, ставить под угрозу жизнь и здоровье, работник обязан сообщить заведующему хозяйством для принятия неотложных мер по исключению или снижению профессионального риска, устранения неблагоприятных условий труда.

При возникновении ЧС или угрозы её возникновения оперативно ставить в известность директора школы, заместителя директора по безопасности либо сотрудника охраны и предпринимать правильные меры по эвакуации учащихся.

1.11. В целях соблюдения правил личной гигиены и санитарно-эпидемиологических норм работник должен:

- Оставлять верхнюю одежду и обувь в специально отведенном для этих целей месте,
- Мыть руки с мылом, а также использовать антисептические средства после прикосновения с загрязнёнными поверхностями, перед началом работы, после туалета, перед приёмом пищи, а также после окончания работы,
- Осуществлять систематическое проветривание кабинета и спортивного зала (посредством включения вытяжной вентиляции) как в тёплое, так и в холодное время года, в соответствии с требованиями, установленными санитарными нормами и правилами,
- Соблюдать требования действующих СП, СанПиН,
- Обеспечить должное санитарное состояние своего рабочего места, поддерживать чистоту и порядок, а также осуществлять контроль за регулярностью и качеством уборки спортивного зала, раздевалок, душевых и санузлов спортивного зала, снарядных, санитарной обработки спортивного оборудования и спортивного инвентаря, спортивной обуви (лыжных ботинок).

1.12. Запрещается приходить на работу в нетрезвом состоянии, под действием наркотических, токсических веществ, сильнодействующих лекарственных средств, а также распивать на работе спиртные напитки, употреблять наркотические, психотропные или токсические вещества.

1.13. Соблюдать инструкции по ОТ по видам работ.

1.14. При замене уроков работник обязан использовать инструкцию по охране труда для учителя на замене, предварительно пройти соответствующий инструктаж у своего непосредственного руководителя.

1.15. Работник, допустивший нарушение или невыполнение требований настоящей инструкции по охране труда, рассматривается, как нарушитель производственной дисциплины и может быть привлечён к дисциплинарной ответственности и прохождению внеочередной проверки знаний требований охраны труда, а в зависимости от последствий - и к уголовной; если нарушение повлекло материальный ущерб - к материальной ответственности в установленном порядке.

1.16. Работник при проведении занятий и соревнований находится в удобной спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующей погодным условиям и роду занятий, а также следит за соблюдением требований к спортивной форме учащимися.

2. Требования охраны труда перед началом работы

2.1. Работник должен приходить на работу в чистой, опрятной одежде и обуви, перед началом работы вымыть руки.

По пути к работе (при подходе к зданию школы) работник должен убедиться в отсутствии транспортных средств и в безопасности пути.

2.2. Работник должен прибыть на работу заблаговременно до начала работы, без спешки (в целях исключения падения, спотыкания, удара или иных повреждений). Передвигаться к зданию школы исключительно по отведённым для этих целей маршрутам (пешеходный переход, пешеходная дорожка, тропинка, посыпанная антигололёдным средством в зимнее время).

Перед входом в здание в зимнее время работник должен убедиться в отсутствии угрозы падения снега и надели с козырька здания, перед входом в здание очистить обувь от снега во избежание поскользывания и падения.

Вне зависимости от времени года работник должен быть бдительным и убедиться в отсутствии на территории школы брошенных подозрительных предметов, транспортных средств возле входа (ворот), а также в отсутствии подозрительных посторонних лиц (как возле территории, так и на территории школы).

2.3. Перед началом работы работник должен:

- проветрить помещение тренерской, спортивного зала, снарядных, душевых и раздевалок, спортивные площадки, тренажёры,
- проверить на целостность все стеклянные предметы (при наличии), окна на наличие трещин или иного нарушения их целостности, наличие средств пожаротушения и их исправность (если таковые имеются в помещении).
- проверить пригодность и исправность спортивного инвентаря, спортивного оснащения и спортивного оборудования.
- перед включением в сеть электрооборудования визуально проверить элементы электросети (выключатели, розетку, провода (видимые), кабель-каналы, лампы освещения) и включаемое оборудование на предмет целостности, отсутствия признаков оплавления, короткого замыкания, повреждений, потемнения, искрения и т.д.; убедиться в целостности и исправности электроприборов.
- удостовериться в устойчивости папок и книг в шкафах, а также прочих предметов (как в шкафах, так и на шкафах), стендов, информационного материала, закреплённого на стенах, способных упасть сверху и причинить вред здоровью.
- проверить исправность канцелярских приборов, прочих учебных пособий, их достаточность и работоспособность. Канцелярские приборы должны использоваться строго по назначению.
- спланировать и равномерно распределить рабочую нагрузку, с обязательными перерывами для отдыха и приёма пищи.
- удостовериться в наличии аптечки первой помощи и укомплектованности ее медикаментами.
- убедиться в правильной расстановке спортивного оборудования.
- убедиться в наличии надлежащего теплового режима в спортивном зале (при планируемом занятии в спортивном зале): в холодный период года в помещении спортзала 18-20°C, в помещении душевой 18- 26°C; в теплый период года для всех типов помещений верхняя граница допустимой температуры воздуха не более 28°C, нижняя граница идентична холодному периоду года.
- убедиться в соответствии климатических условий микроклиматическим показателям, при которых проводятся занятия физической культурой на открытом воздухе в соответствии с требованиями СанПиН, в особенности в холодный период года (при планируемом занятии на спортивной площадке). Проверить одежду учащихся на соответствие погодным условиям.
- подготовить для работы требуемый учебный инвентарь, принадлежности убедившись в их безопасности.
- произвести проветривание помещений.
- провести осмотр санитарного состояния спортивной площадки, оценить

состояние беговых дорожек, спортивных площадок, прыжковой ямы которые не должны быть сырыми и иметь дефекты. Не допускать наличия на спортивной площадке, стадионе, беговых дорожках, в прыжковой яме битого стекла, проволоки, камней, палок, прочего мусора либо посторонних предметов.

- перед началом каждого занятия с изучением новых видов спорта, использования новыми видами спортивного инвентаря проводить инструктаж учащихся о правилах поведения и выполнения упражнений.

2.4. Уровень искусственного освещения должен быть достаточно ярким, но не режущим глаз, лампы освещения должны находиться в рабочем состоянии, не должны моргать. осветительные приборы должны быть исправны, надежно подвешены к потолку, иметь целостную светорассеивающую конструкцию: в спортивном зале – защитную, в душевых – пылевлагодонепроницаемую.

2.5. Воздух в помещениях должен быть чистым, без запахов едких веществ, гари, дыма, химических веществ, резкого запаха дезинфицирующих веществ, пыли и пота.

2.6. Выход из помещений должен быть свободным. Мебель, спортивный инвентарь и спортивное оборудование должны находиться в устойчивом положении, без признаков шатания, на специально отведённых для них местах.

2.7. Работник не должен допускать переплетения кабелей компьютерного оборудования, прикосновения их к системе отопления, изломов, придавливания предметами мебели.

2.8. Перед включением компьютерного оборудования работник должен убедиться в правильности его подключения, в исправности оборудования, в сухости и чистоте рабочего места. Также на рабочем столе не должно находиться посторонних предметов, не относящихся к рабочему процессу, воды (напитков, прочих жидкостей) и пищи.

2.9. С периодичностью, установленной производителем компьютерного оборудования, работник обязан обеспечить перед началом работы его очистку от грязи и пыли (как снаружи, так и внутри, если это возможно). При необходимости, протереть экран специальной салфеткой.

2.10. Приступать к работе разрешается исключительно после устранения всех выявленных неполадок и неисправностей и после проведения всех подготовительных мероприятий.

2.11. Перед проведением урока проверить:

- пол в спортивном зале на отсутствие влажности,
- проверить накачку мячей, натяжение волейбольной сетки, крепление баскетбольных щитов и правильность разметки поля,
- перед занятиями с упражнениями на гимнастику – наличие матов и их целостность, прочность креплений спортивных снарядов, канатов, целостность шведской стенки,
- перед использованием силовых тренажеров проверить целостность тросов, смазку трущихся частей, наличие необходимых противовесов,
- исправность навесных турников, прочность крепления каната,
- перед занятиями на лыжах – их комплектность, целостность, а также лыжных палок, ботинок,
- при обнаружении неисправности или повреждения спортивного оборудования или спортивного инвентаря исключить его из применения в работе и занятий с учащимися.

2.12. Приступать к работе разрешается исключительно после устранения всех выявленных неполадок и неисправностей и после проведения всех подготовительных мероприятий.

3. Требования охраны труда во время работы

3.1. Во время работы необходимо соблюдать порядок в помещении, где проводятся занятия, не загромождать свое рабочее место и места учащихся, а также выходы из и подходы к первичным средствам пожаротушения и эвакуационным выходам.

Также порядок должен соблюдаться на спортивных площадках.

3.2. При изучении учащимися новых тем по физической культуре, выполнении впервые упражнений на спортивных снарядах провести с детьми соответствующие инструктажи с записью в журнале регистрации инструктажей, обучить безопасным правилам выполнения упражнений.

3.3. При использовании колющих и режущих инструментов (ножницы, канцелярский нож, лыжные палки и т.д.) следует брать их только за ручки, не направлять их заостренной частью на себя или на окружающих.

3.4. Поддерживать дисциплину и порядок во время занятий по физкультуре, не разрешать учащимся самовольно уходить из спортивного зала или спортивной площадки без разрешения учителя, не оставлять учащихся одних без контроля.

3.5. Следить за правильным и безопасным исполнением упражнений учащимися, исключать конфликтные ситуации во время занятий, возможность столкновения детей друг с другом во время разминки, спортивных игр, перестроений, эстафет и т.д.

3.6. Строго соблюдать установленные нормы и требования, а также рекомендации медицинского работника по дозировке физической нагрузки для учащихся. При организации занятий учитывать состояние здоровья учащихся.

3.7. Спортивные снаряды и спортивный инвентарь применять только в исправном состоянии и по назначению, соблюдая правила безопасности и утверждённые методики.

3.8. При выполнении демонстрационных упражнений на спортивных снарядах соблюдать осторожность, использовать исправные гимнастические маты.

3.9. При осуществлении игр в футбол, баскетбол, волейбол и т.д. быть внимательным и не отвлекаться.

3.10. Во время перерывов между занятиями в отсутствие учащихся проветривать помещение в соответствии с показателями продолжительности, указанными в СанПиН 1.2.3685-21.

При обнаружении мокрого пола в спортивном зале, раздевалках или в душевых обеспечить их вытирание насухо.

3.11. Спортивное оборудование и спортивный инвентарь использовать, соблюдая правила безопасности и утверждённые методики.

3.12. Все используемые в помещениях электрические приборы должны быть исправны и иметь заземление. При коротком замыкании в электроприборе, ощущении действия тока необходимо обесточить электроприбор, воспользоваться огнетушителем.

3.13. При использовании ЭСО выполнять мероприятия, предотвращающие неравномерность освещения и появление бликов на экране; выключать или переводить в режим ожидания интерактивную доску и другие ЭСО, когда их использование приостановлено или завершено.

При использовании электронного оборудования, в том числе, сенсорного экрана, клавиатуры и мыши, интерактивного маркера ежедневно дезинфицировать их в соответствии с рекомендациями производителя либо с использованием растворов или салфеток на спиртовой основе, содержащих не менее 70% спирта.

3.14 Запрещается:

- использовать в помещениях переносные отопительные приборы с инфракрасным излучением, а также кипятильники, электрочайники, иную

бытовую технику, не сертифицированные удлинители,

- проводить спортивные занятия на открытом воздухе в неблагоприятных погодных условиях,
- курение, распитие спиртных напитков, приём наркотических и психотропных, прочих одурманивающих веществ на территории школы,
- пользоваться неисправным и повреждённым спортивным оборудованием и инвентарём,
- выбрасывать в мусорное ведро колющие, режущие и представляющие прочую опасность предметы, осколки стекла,
- выполнение любых действий, которые могут привести к несчастному случаю.

3.15. В целях обеспечения требуемого освещения в помещениях в тёмное время суток должно быть включено искусственное освещение. В случае избыточности естественного освещения должны использоваться средства притенения (жалюзи, шторы).

3.16. При обнаружении малейших признаков неисправности, которые могут повлечь причинение вреда (запах, искрение, нехарактерные звуки и т.д.) оборудование должно быть немедленно обесточено. О неисправностях работник должен сообщить заведующему хозяйством.

3.17. Работник должен следить за расположением компьютерного оборудования в соответствии с безопасной рабочей позой, регулировать высоту монитора, расположение клавиатуры и мыши, подставки под ноги (при наличии потребности), уровня рабочего кресла и стола. Также работник должен постоянно следить за своей рабочей позой, не горбиться, не приближаться к монитору менее положенного расстояния (50-80 см).

Монитор и клавиатура не должны отдавать блики, текст и буквы должны быть чётко различимы без дополнительных усилий со стороны органов зрения.

3.18. Конструкция рабочего кресла должна обеспечивать перемену позы с целью снижения статического напряжения мышц, снятия усталости спины и шейно-плечевой области и предупреждения чрезмерной утомляемости. При длительной работе на компьютере или чтении необходимо организовать 10-минутный перерыв через каждый час на компьютерном оборудовании и заменить его другими видами деятельности или временем отдыха.

3.19. После каждого выхода из кабинета (спортивного зала), в особенности после посещения туалета, а также после занятий на улице руки надлежит мыть с мылом и дезинфицировать.

3.20. В период пика распространения респираторных, вирусных и инфекционных заболеваний надлежит носить маску для защиты органов дыхания, обеспечивая её смену каждые 2 часа.

3.21. При недостаточности естественного и верхнего искусственного освещения работник должен подсвечивать рабочее место стола настольной лампой.

3.22. При длительном отсутствии на рабочем месте и оставлении его без присмотра (более 4 часов), а также по завершении работы, всё электрооборудование надлежит отключить от электросети.

3.23. При использовании компьютерного оборудования, средств электронного обучения, оргтехники, бытовой техники запрещается:

- Прикасаться к горячим поверхностям незащищённой рукой (дождаться остывания),
- Включать и отключать электрооборудование грязными, мокрыми руками,
- Допускать попадание влаги на электроприборы,
- Нарушать последовательность включения и выключения электроприборов, установленную производителем и техническими условиями,

- Вытаскивать шнур из розетки, держась за провод,
- Вырывать розетки из стены. В случае чрезмерно плотного примыкания розетки и вилки, вытаскивать вилку, придерживая второй рукой розетку,
- Разбирать и ремонтировать самостоятельно электроприборы, электросеть,
- Сгибать и заземлять кабели и провода,
- Загромождать электроприборы посторонними вещами (бумагой, одеждой и т.д.),
- Прикасаться руками к переломленным или оголённым проводам,
- Пододвигать электрооборудование к системе отопления,
- Разбрасывать провода на проходах и путях эвакуации,
- Использовать электрооборудование не по назначению, с нарушением инструкций завода-изготовителя,

3.24. Запрещается хранить в кабинете продукты питания (во избежание привлечения грызунов и прочих вредителей).

Категорически запрещается принимать пищу и пить напитки на рабочем месте, в том числе, в перерывах между занятиями.

3.25. Необходимо при передвижении по территории школы придерживаться следующих требований:

- Использовать только удобную обувь, во избежание спотыкания, падения на лестницах, вывихов ног и проч.,
- Во время ходьбы быть внимательным, обращать внимание на информационные знаки безопасности, не наклоняясь через перила, в открытые окна,
- По лестницам и коридорам передвигаться осторожно и неспеша, придерживаясь правой стороны.
- Не передвигаться по мокрым полам,
- Обращать внимание на неровности, выступы, порожки, перепады высот, стараться обходить места повышенной опасности,
- Быть внимательным и контролировать изменение окружающей обстановки,
- Не приближаться к стенам здания школы ближе 1, 5 м,
- Перед посещением столовой обязательно мыть руки с мылом и обрабатывать дезинфицирующим средством (при наличии),
- При передвижении на транспортном средстве в рабочее время при исполнении служебных обязанностей неукоснительно соблюдать правила дорожного движения и соответствующие инструкции работодателя,
- Строго соблюдать требования охраны труда, техники безопасности, инструкции по охране труда при отдельных видах работ, непосредственно касающиеся деятельности работника,
- Обращать внимание на любые оставленные (брошенные) на территории предметы, транспортные средства (в том числе вблизи ограждения школы), оперативно принимать уведомлению об этом охрану, заместителя директора по безопасности или директора,
- При риске быть ужаленным или укушенным не делать резких движений, не приближаться к ним, укрыться в здании школы. При обнаружении вредоносных насекомых в помещении, в том числе на одежде, либо грызунов оперативно сообщить заведующему хозяйством.

3.26. При получении во время работы травмы (микрповреждения) немедленно сообщать заместителю директора по безопасности, а также своему непосредственному руководителю.

3.27. Информацию на стендах либо кубки в стеклянных шкафах-витринах размещать аккуратно, не наваливаясь на них, не передвигать и не поправлять.

- 3.28. Работник должен контролировать соблюдение учащимися требований по обеспечению безопасности и антитеррористической защищённости школы.
- 3.29. Обо всех нарушениях требований охраны труда, безопасности и антитеррористической защищённости незамедлительно сообщать директору, своему непосредственному руководителю, заместителю директора по безопасности.
- 3.30. В административных помещениях и учебных кабинетах запрещается громко разговаривать, слушать громкую музыку, мешать образовательной и воспитательной деятельности другим её участникам.
- 3.31. Не допускается использование личного телефона для собственных нужд: громко разговаривать по телефону, слушать музыку, просматривать видео- и аудиозаписи не для целей осуществления трудовой деятельности.

4. Требования охраны труда при аварийных ситуациях

4.1. Перечень возможных аварий, причин их возникновения:

- Возгорание, задымление, пожар вследствие замыкания электропроводки, неисправности электрооборудования, перегрузки электросети, поджога,
- Неисправность мебели в следствие износа, ненадлежащего качества, порчи,
- Прорыв системы отопления, водоснабжения, водоотведения вследствие износа, порчи, избытка давления,
- Неисправность системы вентиляции из-за износа, захламления,
- Обрушение несущих конструкций здания (фасада) из-за износа, стихийных бедствий, террористического акта (диверсии),
- Террористический акт или угроза его совершения.

4.2. При обнаружении неисправности электропроводки и /или электрооборудования необходимо прекратить работу, выключить оборудование из сети при наличии возможности, либо обесточить кабинет, сообщить заведующему хозяйством о поломке (аварии).

4.3. В случае задымления, пожара необходимо подать сигнал тревоги, вывести учащихся из помещения, оповестить голосом о пожаре и вручную задействовать АПС (нажать ближайшую кнопку пожарного оповещателя), сообщить директору школы. При условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей принять меры к ликвидации пожара в начальной стадии с помощью первичных средств пожаротушения. При использовании огнетушителей не направлять в сторону людей струю углекислоты или порошка. Также необходимо закрыть в зоне опасности окна и двери во избежание образования сквозняка (тяги), предотвратить распространение огня по зданию.

4.4. При получении травмы, повреждения (микротравмы) прекратить работу и самостоятельно, при наличии такой возможности, оказать себе первую помощь, используя ближайшую к месту нахождения аптечку первой помощи, а затем сообщить о случившемся лицу, ответственному за охрану труда в школе, и директору школы. При отсутствии возможности самостоятельно передвигаться и оказать себе помощь позвать на помощь ближайшего сотрудника.

4.5. При несчастном случае обеспечить до начала расследования сохранность обстановки на месте происшествия, а если это невозможно (существует угроза жизни и здоровью окружающих) – фиксирование обстановки путем составления схемы, фотографирования (фото- и видеосъёмка) или иным методом.

4.6. При получения травмы (повреждения) иным работником или учащимся:

- Немедленно оказать или организовать оказание первой помощи пострадавшему, сообщить директору, вызвать медицинскую помощь,

- Принять неотложные меры по предотвращению ЧС, минимизации числа пострадавших, принимать участие в ликвидации последствий аварии и травмирующих последствий,
 - Принять меры по устранению причин происшествия, за исключением случаев гибели пострадавшего, и до проведения оперативно-следственных мероприятий обеспечить сохранность места происшествия, предотвратить проникновение кого бы то ни было к месту происшествия,
 - Участвовать в расследовании несчастного случая на производстве и оформлении материалов расследования.
- 4.7. При любом ухудшении своего здоровья, появлении признаков острого инфекционного заболевания (отравления), при возникновении угрозы собственной жизни или здоровью, а также жизни и здоровью сотрудников и/или учащихся и их родителей (законных представителей), посетителей, находящихся в школе, необходимо оперативно сообщить директору школы.
- 4.8. При обнаружении аварии в системах жизнеобеспечения (теплоснабжение, электроснабжение, водоснабжение, водоотведение, вентиляция, связь, система экстренного оповещения) необходимо оперативно сообщить заведующему хозяйством и директору.
- Также работник при обнаружении ненадлежащего качества энергоносителей (водоснабжение, водоотведение, электроснабжение, теплоснабжение) обязан сообщить об этом заведующему хозяйством, а в его отсутствие директору.
- 4.9. При возникновении неисправности в оргтехнике необходимо прекратить работу и обесточить, сообщить заведующему хозяйственной и использовать только после выполнения ремонта (получения нового) и получения разрешения. До этого о неисправности оборудования необходимо разместить на видном месте информацию о его выходе из строя.
- 4.10. В случае угрозы или возникновения очага опасного воздействия техногенного характера, угрозы или приведения в исполнение террористического акта следует руководствоваться соответствующими инструкциями о порядке действий в случае угрозы и возникновении ЧС террористического характера.

5. Требования охраны труда по окончании работы

- 5.1. После окончания работы проконтролировать, чтобы учащиеся убрали за собой спортивный зал, спортивный инвентарь, душевые, раздевалки и снаряжные в порядок.
- 5.2. Собрать у учащихся спортивный инвентарь, проверить на целостность и разместить в инвентарной (снарядной).
- 5.3. Провести осмотр санитарного состояния спортивного зала, спортивной площадки, туалетов, душевых и раздевалок (после выхода учащихся).
- 5.4. Убедиться в свободности выходов из спортивного зала и раздевалок.
- 5.5. По окончании работы необходимо выключить все электроприборы из электросети. Убрать с рабочего стола документацию, канцелярские принадлежности разложить по отведённым им местам; носители информации, прочие ценные предметы и документы положить в места их безопасного хранения.
- 5.6. Проветрить помещения.
- 5.7. Перед уходом обязательно выключить свет. Перед покиданием рабочего места работник должен удостовериться, что помещение приведено в противопожарное состояние.
- 5.8. Закрыть кабинет на ключ, в обязательном порядке обеспечить наличие в школе дубликата ключа на случай возникновения аварийной ситуации в помещении в

нерабочее время, либо сдать ключ на пост охраны.

5.9. Сообщить непосредственному руководителю о недостатках, влияющих на безопасность труда, пожарную безопасность, обнаруженных во время работы.

Инструкцию разработал:

Заместитель директора
по безопасности



Л. Н. Гайнуллина

Согласовано:

Заместитель директора по УР

Е.В. Шиманская

Лист ознакомления с инструкцией:

ФИО работника	Учебный предмет (-ы)	Подпись, дата
Куримова К.Г.	учетель финансово	КГ, 24.12.2024
Губун Н.А.	учетель, инструктор	Губ - 24.12.2024