|  |  |
| --- | --- |
| СОГЛАСОВАНОПредседатель профкома\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Протокол №\_\_ от «\_\_»\_\_ 2023 г | УТВЕРЖДЕНОЗаведующий \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Приказ №\_\_ от «\_\_»\_\_\_ 2023 г |

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №2 г. Немана»

**Инструкция
по охране труда при проведении занятий в физкультурном зале**

**ИОТ-009-2023**

**1. Общие требования охраны труда**

**1.1.** Настоящая инструкция по охране труда при проведении занятий в физкультурном зале ДОУ (детского сада) разработана в соответствии с Приказом Минтруда России от 29 октября 2021 года № 772н «Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда», применяемым с 1 января 2023 года, Постановлениями Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года №28 «Об утверждении СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи» и от 28 января 2021 года №2 «Об утверждении СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», разделом Х Трудового кодекса Российской Федерации и иными нормативными правовыми актами по охране труда.

**1.2**. Данная инструкция по охране труда в физкультурном зале ДОУ устанавливает требования охраны труда перед началом, во время и по окончании проведения занятий по физкультуре в детском саду, определяет безопасные методы и приемы выполнения упражнений детьми, а также требования охраны труда в возможных аварийных ситуациях.

**1.3**. Ответственным за соблюдение норм и требований охраны труда в физкультурном зале детского сада является инструктор по физической культуре, непосредственно проводящий физкультурные занятия.

**1.4.** График работы физкультурного зала определяется утвержденным в соответствующем порядке расписанием занятий.

**1.5.** К занятиям физическими упражнениями в физкультурном зале допускаются воспитанники детского сада, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

**1.6.** Инструктор по физической культуре проводит в начале года с детьми вводный инструктаж по физкультуре, повторные и первичные инструктажи с внесением отметок в журнал инструктажа воспитанников, инструктирует детей перед использованием спортивных снарядов детьми впервые.

**1.7**. В целях выполнения требований охраны труда в физкультурном зале ДОУ необходимо:

* соблюдать требования охраны труда и производственной санитарии, инструкции по охране труда, инструкцию по охране жизни и здоровья воспитанников;
* обеспечивать режим соблюдения норм и правил по охране труда и пожарной безопасности во время организации образовательной деятельности;
* соблюдать правила личной гигиены;
* знать порядок действий при возникновении пожара или иной чрезвычайной ситуации и эвакуации, сигналы оповещения о пожаре;
* уметь пользоваться первичными средствами пожаротушения;
* знать месторасположение аптечки и уметь оказывать первую помощь;
* соблюдать должностную инструкцию инструктора по физкультуре в ДОУ;
* соблюдать инструкцию по охране труда инструктора по физкультуре в ДОУ;
* соблюдать Правила внутреннего трудового распорядка, режим рабочего времени и времени отдыха, Правила внутреннего распорядка воспитанников.

**1.8.** В физкультурном зале возможны следующие профессиональные риски и опасности:

* нарушение остроты зрения при недостаточной освещённости зала;
* травмирование при неаккуратном выполнении упражнений на спортивных снарядах, а также на спортивном оборудовании, имеющем дефекты или недостаточно закрепленном;
* травмирование при нарушении правил использования спортивного оборудования и инвентаря, при неаккуратном обращении со спортивным инвентарем;
* травмирование при падении во время проведения подвижных игр;
* травмирование при перемещении по влажном полу;
* поражение электрическим током при использовании неисправных звуковоспроизводящих электроприборов;
* перенапряжение голосового анализатора;
* высокая плотность эпидемиологических контактов.

**1.9.** Используемое спортивное оборудование в физкультурном зале должно быть выполнено из материалов, допускающих их влажную обработку моющими и дезинфекционными средствами.

**1.10.** В физкультурном зале необходимо находиться в спортивной одежде и удобной спортивной обуви с нескользкой подошвой.

**1.11**. Для обеспечения пожарной безопасности в зале должны быть размещены первичные средства пожаротушения (огнетушители), иметься аптечка первой помощи, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

**1.12**. В физкультурном зале должен быть вывешен комнатный термометр для контроля температурного режима.

**1.13.** В случае травмирования уведомить непосредственного руководителя любым доступным способом в ближайшее время. При обнаружении повреждений спортивного оборудования и инвентаря изъять его или ограничить к нему доступ, сообщить заместителю заведующего по АХР (завхозу) и не использовать до устранения всех недостатков.

**1.14**. Все положения данной инструкции по охране труда в физкультурном зале детского сада обязательны для исполнения инструкторами по физической культуре, иными педагогическими работниками, проводящими занятия, спортивные соревнования и игры, спортивные мероприятия с воспитанниками дошкольного образовательного учреждения.

**1.15.** Педагогические работники, осуществляющие деятельность в физкультурном зале ДОУ и допустившие нарушение или невыполнение требований настоящей инструкции по охране труда, рассматриваются как нарушители производственной дисциплины и могут быть привлечены 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.

**2. Требования охраны труда перед началом занятий в физкультурном зале**

**2.1.** В физкультурном зале ДОУ перед началом занятий необходимо оценить состояние электрооборудования:

* осветительные приборы должны быть исправны, надежно подвешены к потолку, иметь целостную светорассеивающую конструкцию: в физкультурном зале – защитную, в душевых – пылевлагонепроницаемую;
* уровень искусственной освещенности при общем освещении в физкультурном зале детского сада должен составлять не менее 200 люкс;
* коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, корпуса выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

**2.2.** Убедиться в целостности окон, отсутствии трещин и иное нарушение целостности стекол.

**2.3.** Удостовериться в наличии первичных средств пожаротушения, срока их пригодности и доступности.

**2.4.** Убедиться в наличии аптечки первой помощи и укомплектованности ее медикаментами и перевязочными средствами.

**2.5.** Убедиться в свободности выходов из физкультурного зала.

**2.6**. Провести осмотр санитарного состояния зала, а также оценить покрытие пола, которое не должно быть сырым, иметь дефектов и повреждений.

**2.7**. В отсутствии воспитанников произвести проветривание физкультурного зала в течение не менее 10 минут.

**2.8.** Нормативы площадей физкультурных залов должны составлять: физкультурный зал или объединенный физкультурный и музыкальный зал при проектной мощности детского сада менее 250 детей - 75,0 м2.

**2.9**. Температура воздуха в физкультурном зале ДОУ должна соответствовать требуемым санитарным нормам:

* в холодный период года — 19-21°С;
* в теплый период года верхняя граница допустимой температуры воздуха не более 28°С, нижняя граница идентична холодному периоду года.

**2.10.** Относительная влажность в физкультурном зале детского сада должна быть в пределах нормы - 40-60%.

**2.11**. Необходимо проверить правильность установки и безопасность спортивного оборудования, проверить на устойчивость и исправность спортивные снаряды и иное спортивное оборудование с целью исключения травмоопасных ситуаций с воспитанниками дошкольного образовательного учреждения.

**2.12.** Проверить прочность креплений спортивных снарядов, канатов, целостность шведской стенки.

**2.13.** В узлах и сочленениях спортивных снарядов не должно быть люфтов, качаний, прогибов. Жерди шведских стенок, скамьи гимнастические, бревна гимнастические напольные, наклонные доски и лестницы не должны иметь трещин, сколов и заусенцев.

**2.14.** Обшивка козла и гимнастических матов не должна быть порвана. Наполнительный материал матов должен быть равномерно распределен по всей поверхности.

**2.15.** Убедиться в целостности и исправности спортивного инвентаря с учётом требований к проводимому занятию, спортивной или подвижной игре.

**2.16**. При подготовке к занятиям по спортивным (подвижным) играм необходимо проверить накачку мячей, целостность и крепление спортивного оборудования.

**2.17.** При использовании на занятиях электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов убедитесь в их исправности и целостности подводящих шнуров и электровилок.

**2.18.** Приступать к проведению занятий в физкультурном зале разрешается при соответствии помещения и спортивного оборудования гигиеническим нормативам, после выполнения подготовительных мероприятий и устранения всех недостатков и неисправностей.

**3. Требования охраны труда во время занятий в физкультурном зале**

**3.1.** В дождливые, ветреные и морозные дни занятия физической культурой должны проводиться в физкультурном зале дошкольного образовательного учреждения.

**3.2.** Физкультурные занятия, физкультурно-оздоровительные мероприятия, массовые спортивные мероприятия в физкультурном зале организуются с учетом возраста, физической подготовленности и состояния здоровья воспитанников детского сада. Структура занятий по физкультуре должна соответствовать современным требованиям построения и проведения учебно-оздоровительных занятий по физической культуре для детей дошкольного возраста. За основу построения занятия принято деление его на три части: подготовительную, основную и заключительную.

**3.3.** Дети должны находиться в физкультурном зале в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользящей подошвой, соблюдать правила личной гигиены.

**3.4**. Провести инструктаж воспитанников по безопасным приемам выполнения физических упражнений и правилам поведения в физкультурном зале.

**3.5.** Во время занятий необходимо соблюдать порядок в физкультурном зале детского сада, не загромождать пути для выполнения бега, эстафет спортивными снарядами и инвентарем, не загромождать выходы и подходы к первичным средствам пожаротушения.

**3.6.** В физкультурном зале ДОУ необходимо поддерживать дисциплину во время занятий, не разрешать воспитанникам самовольно уходить из зала без разрешения инструктора по физической культуре, не оставлять детей одних без контроля.

**3.7.** Следует следить за правильным и безопасным выполнением упражнений воспитанниками, осуществлять страховку, исключать конфликтные ситуации во время занятий, возможность столкновения детей друг с другом или со спортивным оборудованием.

**3.8.** Необходимо быть внимательным при перемещении в физкультурном зале детского сада, при выполнении упражнений с отягощениями (гантелями), соблюдать достаточный интервал и дистанцию, избегать столкновений.

**3.9.** Соблюдать правила использования спортивных снарядов, спортивного инвентаря, учитывая их конструктивные особенности.

**3.10.** Не выполнять упражнения на неисправном спортивном оборудовании и с поломанным спортивным инвентарем.

**3.11.** Использовать спортивный инвентарь и вспомогательное оборудование только по их прямому назначению, в строгом соответствии с инструкциями по эксплуатации.

**3.12.** Начинать выполнение упражнений и заканчивать детям следует только по команде инструктора по физической культуре.

**3.13.** При выполнении упражнений потоком соблюдать определенный интервал между детьми, чтобы не было столкновений.

**3.14.** При ходьбе и беге в колонне по одному соблюдать дистанцию в два шага. Чтобы не возникло столкновений у детей исключить при беге резко «стопорящую» остановку. Убрать с дороги все предметы, мешающие идти, бежать.

**3.15.** При выполнении упражнений, таких как прыжки и соскоки со спортивных снарядов, приземляться мягко, пружинисто приседая. В местах соскоков со снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной. Страховать детей в месте приземления.

**3.16**. Веревку для прыжков в высоту не привязывать к стойкам, а класть на штырьки в стойках.

**3.17.** При выполнении прыжков в длину с места, с продвижением вперед на одной, двух ногах давать указание прыгать «мягко», «тихо» на носках.

**3.18.** Не разрешать воспитанникам спрыгивать с большой высоты.

**3.19.** При выполнении упражнений в равновесии, на специальной гимнастической скамейке напомнить детям правила поведения на спортивном снаряде (не толкаться, не подгонять друг друга, не обгонять, при потере равновесия не держаться за товарища, а сойди со снаряда).

**3.20.** Чтобы не получить челюстно-лицевую травму, при ползании по гимнастической скамейке, необходимо следить за правильной постановкой рук (обхватить ее с боку так, чтобы большой палец был сверху, а остальные пальцы под скамейкой). Сначала поставить руки на скамейку и затем ноги, сходить со снаряда только после окончания выполнения упражнений (сначала поставить ноги на пол, затем выпрямиться).

**3.21.** Вдоль шведской стенки расстелить маты, встать справа от воспитанника, оказывая помощь при необходимости, следить за правильным хватом рук, постановкой стопы на рейку.

**3.22.** При лазании по шведской стенке обязательно страховать детей от падения, запрещать им самостоятельно подниматься на высоту.

**3.23**. При лазании не провисать, нельзя висеть на одной руке, лазать, пропуская рейки, спрыгивать с высоты. Руки отпускать тогда, когда обе ноги будут стоять на полу.

**3.24**. Обучить детей старшего дошкольного возраста страховке.

**3.25.** Если у ребенка запутались ноги в веревочной лестнице или у него устали руки, он должен сразу сказать об этом инструктору по физической культуре.

**3.26.** При выполнении работы с гимнастическими палками соблюдать дистанцию при выполнении упражнений, палками не драться, не махать, держать их в двух руках внизу или на плече как «ружье» (палку поставить на ладонь правой руки опущенной вниз, левой рукой прижать к правому плечу) при объяснении упражнения или перестроения.

**3.27.** В процессе работы с вестибулярным тренажером «перекати-поле» выполнять следующие правила: внутри должен находиться один ребенок, не находиться в зоне прокатывания, при выполнении упражнения голова ребенка должна находиться внутри, во время движения вылезать из тренажера запрещается.

**3.28.** В физкультурном зале ДОУ запрещено:

* выполнять упражнения и действия на спортивных снарядах, противоречащие прямому предназначению данного оборудования;
* раскачиваться и спрыгивать с каната;
* использовать спортивное оборудование в качестве подставок под иное спортивное оборудование;
* допускать повышенное скопление неиспользуемого спортивного оборудования и любого другого инвентаря;
* бросать предметы и спортивный инвентарь в окна.

**3.29.** При использовании электроаппаратуры в физкультурном зале ДОУ запрещается:

* включать в электросеть и отключать от неё электроприборы мокрыми руками;
* размещать на электроприборах предметы (бумагу, ткань, вещи и т.п.);
* скручивать, защемлять и натягивать шнуры питания;
* переносить или перемещать включенные электроприборы;
* разбирать включенные электроприборы;
* оставлять без присмотра включенные в электрическую сеть электроприборы.

**3.30**. Не допускается при проведении занятий в физкультурном зале детского сада нарушать настоящую инструкцию по охране труда, иные инструкции по технике безопасности при выполнении упражнений на спортивных снарядах, при проведении спортивных и подвижных игр.

**3.31.** После каждого занятия или спортивного мероприятия в отсутствии детей проветривать физкультурный зал дошкольного образовательного учреждения в течение не менее 10 минут. Оконные рамы при этом фиксировать крючками или ограничителями.

**3.32.** В физкультурном зале ДОУ должна осуществляться ежедневная обработка спортивного инвентаря и матов с использованием мыльно-содового раствора.

**3.33.** Ковровые покрытия ежедневно очищаются с использованием пылесоса. Ковровое покрытие не реже одного раза в месяц подвергается влажной обработке.

**3.34.** Влажная уборка в физкультурном зале проводится не реже 2 раз в день.

**3.35.** В целях обеспечения необходимой естественной освещенности зала для занятий физкультурой окна не заставляются спортивным оборудованием.

**3.36.** Не использовать в помещении физкультурного зала детского сада переносные отопительные приборы с инфракрасным излучением.

**4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

**4.1.** Перечень основных возможных аварий и аварийных ситуаций в физкультурном зале, причины их вызывающие:

* техническая неисправность спортивных снарядов вследствие износа;
* пожар, возгорание, задымление, поражение электрическим током, вследствие неисправности электрооборудования в спортзале, электроприборов;
* прорыв системы отопления, водоснабжения из-за износа труб;
* террористический акт или угроза его совершения.

**4.2.** В случае возникновения технической неисправности спортивных снарядов, спортивного инвентаря педагог должен остановить занятие, изъять данное оборудование или ограничить к нему доступ, и не использовать его в физкультурном зале ДОУ до полного устранения неисправностей и получения разрешения заместителя заведующего по административно-хозяйственной работе (специалиста по охране труда)

**4.3**. При ухудшении самочувствия и получении травмы воспитаннику следует прекратить выполнение упражнения и сообщить инструктору по физической культуре дошкольного образовательного учреждения.

**4.4.** При получении травмы воспитанником оказать ему первую помощь, вызвать медицинского работника ДОУ (транспортировать потерпевшего в медицинский кабинет), при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь по номеру телефона 103 и сообщить о происшествии заведующему. Обеспечить до начала расследования сохранность обстановки на месте происшествия, а если это невозможно (существует угроза жизни и здоровью окружающих) – фиксирование обстановки путем фотографирования или иным методом. Оказать содействие при проведении расследования несчастного случая.

**4.5.** В случае появления задымления или возгорания в физкультурном зале необходимо вывести детей из зала – опасной зоны, вызвать пожарную охрану по номеру телефона 101 (112), оповестить голосом о пожаре и вручную задействовать АПС (если не сработала), сообщить заведующему детским садом. При условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей принять меры к ликвидации пожара в начальной стадии с помощью первичных средств пожаротушения. При пользовании углекислотным огнетушителем во избежание обморожения не браться рукой за раструб огнетушителя.

**4.6.** При аварии (прорыве) в системе отопления в физкультурном зале необходимо вывести воспитанников из помещения, оперативно сообщить о происшедшем заместителю заведующего по административно-хозяйственной работе (завхозу) дошкольного образовательного учреждения.

**4.7.** В случае угрозы или возникновения очага опасного воздействия техногенного характера, угрозы или приведения в исполнение террористического акта следует руководствоваться Планом эвакуации, инструкцией о порядке действий в случае угрозы и возникновении ЧС террористического характера.

**5. Требования охраны труда по окончании занятий в физкультурном зале**

**5.1.** Собрать у воспитанников спортивный инвентарь, проверить на целостность и разместить в инвентарной (снарядной).

**5.2.** Провести осмотр санитарного состояния физкультурного зала.

**5.3.** Выключить и обесточить используемые звуковоспроизводящие электроприборы.

**5.4.** Проветрить физкультурный зал дошкольного образовательного учреждения.

**5.5.** Удостовериться в противопожарной безопасности физкультурного зала, инвентарной (снарядной). Удостовериться, что противопожарные правила в помещениях соблюдены, огнетушители находятся в установленных местах. При окончании срока эксплуатации огнетушителя сообщить лицу, ответственному за пожарную безопасность в детском саду. Проконтролировать установку перезаряженного (нового) огнетушителя.

**5.6.** Проконтролировать проведение влажной уборки, обработку спортивного инвентаря и матов с использованием мыльно-содового раствора.

**5.7.** Закрыть окна, вымыть руки и выключить свет.

**5.8.** Известить непосредственного руководителя о недостатках, влияющих на безопасность труда, пожарную безопасность, обнаруженных во время работы.

**5.9.** При отсутствии недостатков закрыть физкультурный зал на ключ.

*Инструкцию разработал: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/*

*С инструкцией ознакомлен (а)
«\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_202\_\_г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/*