

СОГЛАСОВАНО

Председатель первичной
профсоюзной организации


Попова Л.А.
«07» 03 2024 г.
Протокол № 22
«07» 03 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Ректора СурГУ


С.М. Косенок
«11» 03 2024 г.

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда на учебных занятиях по
спортивно-педагогическим дисциплинам
кафедры медико-биологических основ физической культуры
(для преподавателей)

ИОТВ-026-2024

г. Сургут

ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда на учебных занятиях по
спортивно-педагогическим дисциплинам
кафедры медико-биологических основ физической культуры
(для преподавателей)
ИОТВ-026-2024

1. Общие требования охраны труда

- 1.1. Работнику необходимо выполнять свои обязанности в соответствии с требованиями настоящей инструкции.
- 1.2. Работник обязан соблюдать действующие в СурГУ Правила внутреннего трудового распорядка.
- 1.3. При проведении занятий работник обязан соблюдать режимы труда и отдыха. Продолжительность ежедневной работы, перерывов для отдыха и приема пищи определяется Правилами внутреннего трудового распорядка, утвержденными приказом ректора СурГУ от 27.04.2018г. с изменениями от 24.12.2020 г., протокол УС № 10.
- 1.4. К учебным занятиям по спортивно-педагогическим дисциплинам преподаватель допускает обучающихся:
- прошедших медосмотр и не имеющих медицинских противопоказаний;
 - пришедших на занятия в установленное время в соответствующей спортивной форме;
 - прошедших инструктаж по охране труда и технике безопасности, и расписавшихся в журнале инструктажа.
- 1.5. При проведении занятий должно соблюдаться расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.
- 1.6. Преподаватель должен добиваться беспрекословного выполнения обучающимися требований техники безопасности, не допускать действий, мешающих проведению занятий и создающих травмоопасную ситуацию.
- 1.7. На месте проведения занятий по спортивно-педагогическим дисциплинам должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.
- 1.8. Преподаватель в случае невыполнения или нарушения обучающимся инструкции по охране труда, должен привлечь его к ответственности, и впоследствии провести внеплановый инструктаж по охране труда со всеми обучающимися.
- 1.9. Перечень опасных факторов, которые могут воздействовать на обучающихся в процессе учебных занятий, а также перечень профессиональных рисков и опасностей.
- травмы при столкновениях в процессе выполнения различных движений;
 - травмы при выполнении упражнений, требующих страховки;
 - травмы при проведении занятий на неисправных, непрочных установленных и незакрепленных тренажерах;
 - травмы при неправильном использовании спортивного оборудования.
 - при падениях на полу или площадке;

- ушибы, вывихи, переломы, полученные в результате неудачного падения, удара о препятствие или столкновения с другими занимающимися;

1.10. Порядок уведомления о случаях травмирования работника или обучающегося и неисправности спортивного оборудования:

1.10.1 При возникновении несчастного случая, микротравмы пострадавший должен постараться привлечь внимание кого-либо из работников к произошедшему событию, сообщить о произошедшем непосредственному руководителю, любым доступным для этого способом и обратиться в медпункт (при наличии).

1.10.2. В случае обращения обучающегося по вопросу заболевания, сильного утомления или плохого самочувствия до начала занятий необходимо рекомендовать обучающемуся обратиться в медпункт.

1.10.3. Работник должен немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о неисправном оборудовании, о каждом несчастном случае, микротравме происшедших на рабочем месте, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

1.10.4. Преподаватель в случае невыполнения или нарушения обучающимся инструкции по охране труда, должен привлечь его к ответственности в соответствии с Правилами внутреннего распорядка обучающихся, и впоследствии провести внеплановый инструктаж по охране труда со всеми обучающимися.

1.11. Правила личной гигиены, которые должен знать и соблюдать работник при выполнении работы.

1.11.1. Для сохранения здоровья работник должен соблюдать личную гигиену.

1.11.2. Учебные занятия проводить в спортивной форме и спортивной обуви, плотно сидящей на ноге, на непромокаемой и нескользящей подошве.

1.11.3. Перед и после приема пищи обязательно мыть руки теплой водой с мылом. Принимать пищу разрешается только в специально отведенных для этой цели местах.

1.11.4. Вода для питья используется только из питьевых источников или бутилированная.

1.11.5. Проходить в установленные сроки медицинские осмотры и обследования.

2. Требования охраны труда перед началом занятий

2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Перед началом занятий работник обязан проверить исправность спортивного оборудования и комплектность спортивного инвентаря.

2.3. Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке.

2.4. Проверить подготовленность спортивного зала (пол, освещение и прочее), тщательно проветрить зал.

2.4. Перед началом учебных занятий провести разминку, с применением обще-развивающих упражнений.

3. Требования охраны труда во время занятий

3.1. Преподаватель следит за соблюдением дисциплины во время проведения учебного занятия.

3.2. Преподаватель обязан обеспечить:

- безопасное участие всех обучающихся в учебном процессе;
- обеспечить безопасное использование спортивного оборудования и инвентаря;
- обеспечить показ выполнения упражнений на различном оборудовании, применяемом на учебном занятии по спортивно-педагогическим дисциплинам, правилам группировки при падении;
- обеспечить при необходимости страхование обучающихся в процессе выполнения физических упражнений.

3.3. Преподавателю запрещается:

- допускать использование неисправного спортивного оборудования и инвентаря;
- оставлять обучающихся без присмотра.

4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

4.1. При проведении учебных занятий по спортивно-педагогическим дисциплинам у обучающихся возможны следующие повреждения и заболевания:

- ушибы, вывихи;
- травмы при неправильном использовании тренажеров;
- травмы при столкновениях в процессе выполнения различных движений;
- разрывы, растяжения связок.

4.2. Процесс извещения руководителя работ о ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, и о каждом произошедшем несчастном случае.

4.2.1. В случае обнаружения какой-либо ситуации, нарушающей нормальный режим работы, ее необходимо остановить. Обо всех замеченных недостатках поставить в известность непосредственного руководителя.

4.2.2 При возникновении неисправности спортивного оборудования выполнить необходимый ремонт специалистам. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования.

4.2.3. Сообщать о происшествии своему непосредственному или вышестоящему руководству о возникновении ситуации, представляющей угрозу жизни и здоровью людей, сохранности имущества СурГУ.

4.3. Действия работников при возникновении аварий и аварийных ситуаций.

4.3.1 При возникновении аварийных и иных ситуаций, угрожающих жизни и здоровью преподавателей и обучающихся незамедлительно прекратить занятия.

4.3.2. При несчастном случае, микротравме оказать пострадавшему первую помощь или при необходимости вызвать бригаду скорой помощи по телефону -112, 103 или отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

4.3.3. Сохранить до начала расследования обстановку, какой она была на момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью других лиц и не ведёт к аварии (или провести фотографирование (видеосъемку), другие мероприятия).

4.3.4. При возникновении пожара немедленно эвакуировать посетителей из помещения, сообщить о пожаре по телефону - 101 и приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.

4.4. При получении травмы оказать первую помощь пострадавшему (приложение №1), при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение и сообщить об этом администрации университета, в службу охраны труда.

5. Требования охраны труда по окончании занятий

5.1. По окончании учебных занятий проверить по списку всех обучающихся.

5.2. Проследить за уборкой спортивного инвентаря в отведённое место для хранения.

5.3. Тщательно проветрить спортивный зал.

5.4. При выявлении недостатков, влияющих на безопасность труда, обнаруженных во время работы известить своего непосредственного руководителя.

5.5. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.

Разработал: _____

Зав. кафедрой МБОФК М.Н. Мальков

Согласовано: _____

Руководитель СПП и ОТ А.В. Чернопятов

Оказание первой помощи пострадавшим

1. *При ранении конечностей* накрыть рану любой чистой салфеткой, полностью прикрыв края раны и прибинтовать салфетку или прикрепить её лейкопластырем. Очистку раны должен производить врач на операционном столе. Запрещается вливать в рану спиртовые или любые другие растворы.

2. *При растяжении связок.* Растяжение связок чаще всего бывает в голеностопном и лучезапястном суставах и характеризуется резкой болью в суставе, припухлостью, гематомами (кровоизлияниями в виде "синяка").

Доврачебная помощь заключается в тугом бинтовании, обеспечении покоя поврежденного участка, прикладывании холода. Поврежденная нога должна быть приподнята, поврежденная рука подвешена на косынке.

3. *Ушибы.* Ушибы проявляются припухлостью, болью при прикосновении к месту ушиба. К месту ушиба первые 20 минут можно приложить холод, затем наложить тугую повязку. Не следует смазывать ушибленное место настойкой йода, растирать и накладывать согревающие компрессы, так как это усиливает боль.

4. *Перелом и вывих костей конечности.* При переломах, вывихах, растяжении связок и других травмах пострадавший испытывает острую боль, резко усиливающуюся при попытке изменить положение поврежденной части тела. Иногда сразу можно заметить неестественное положение конечности и искривление ее (при переломе) в необычном месте.

Самым главным моментом в оказании доврачебной помощи как при открытом переломе (после остановки кровотечения и наложения стерильной повязки) так

и при закрытом, является иммобилизация (создание покоя) поврежденной конечности. Это значительно уменьшает боль и предотвращает дальнейшее смещение костных отломков. Для иммобилизации используются готовые шины, а также пака, доска, линейка, кусок фанеры. При закрытом переломе не следует снимать с пострадавшего одежду - шину нужно накладывать поверх нее.

К месту травмы необходимо прикладывать "холод" для уменьшения боли. Охлаждающий пакет не кладется на оголенный участок тела - под пакет нужно подложить какую-либо материю (спустить рукав, брючину, майку, рубашку, подложить сложенную в несколько слоев косынку).

Пытаться самим вправить вывих нельзя, сделать это может только врач. Наиболее спокойное положение конечности или другой части тела необходимо

**Программа
по обучению и проверки знаний требований охраны труда при проведении
учебных занятий по спортивно-педагогическим дисциплинам**

Разделы и основные вопросы первичного инструктажа:

1. Правила внутреннего распорядка.
2. Виды инструктажей и порядок их проведения.
3. Общие сведения об условиях труда преподавателя при проведении учебных занятий.
4. Порядок подготовки к работе при проведении учебных занятий.
5. Требования к подбору инвентаря для безопасного проведения учебных занятий.
6. Требования охраны труда перед началом, во время и по окончании учебных занятий.
7. Аварийные ситуации, которые могут возникнуть на рабочем при проведении учебных занятий. Требования безопасности в аварийных ситуациях.
8. Оказание первой доврачебной помощи пострадавшему.
9. Изучение инструкции по охране труда при проведении учебных занятий.
10. Оформление результатов первичного инструктажа на рабочем месте в журнале регистрации инструктажа.

Разработал:  _____

Зав. кафедрой МБОФК М.Н. Мальков

БИЛЕТЫ

для проверки знаний по охране труда при проведении учебных занятий по спортивно-педагогическим дисциплинам

БИЛЕТ № 1

1. Условия допуска к учебным занятиям по спортивно-педагогическим дисциплинам.
2. Вводный, первичный инструктажи по охране труда.
3. Требования охраны труда перед началом учебного занятия.
4. Правила оказания первой помощи при травмах мягких тканей.

БИЛЕТ № 2

1. Основные опасные факторы, возникновение которых возможно при проведении учебных занятий по спортивно-педагогическим дисциплинам, способы их предупреждения.
2. Первичный, повторный инструктажи по охране труда.
3. Действия преподавателя и студентов в аварийных ситуациях.
4. Правила оказания первой помощи при ушибах.

БИЛЕТ № 3

1. Требования к подбору инвентаря для безопасного проведения учебных занятий.
2. Возможные аварийные ситуации при проведении учебных занятий по спортивно-педагогическим дисциплинам, способы их предупреждения.
3. Требования безопасности во время учебного занятия.
4. Правила оказания первой помощи при вывихах конечности.

БИЛЕТ №4

1. Основные опасные факторы, возникновение которых возможно при проведении учебных занятий по спортивно-педагогическим дисциплинам.
2. Внеплановый инструктаж по охране труда.
3. Требования безопасности по окончании учебного занятия.
4. Правила оказания первой помощи при переломах конечностей.

БИЛЕТ №5

1. Ответственность работника за нарушения правил и требований охраны труда.
2. Целевой инструктаж по охране труда.
3. Требования охраны труда во время учебных занятий по спортивно-педагогическим дисциплинам.
4. Правила оказания первой помощи при растяжении связок.

БИЛЕТ №6

1. Условия допуска к учебным занятиям по спортивно-педагогическим дисциплинам.
2. Первоочередные меры, принимаемые при возникновении несчастного случая.
3. Требования охраны труда перед началом учебного занятия.
4. Правила оказания первой помощи при повреждениях конечностей (обморожениях).

Лист ознакомления
с инструкцией по охране труда на учебных занятиях по спортивно-педагогическим дисциплинам кафедры МБОУФК (для преподавателей)
ИОТВ-026-2024

№ п/п	Фамилия Имя Отчество (полностью)	Год рождения	Должность	Подпись	Дата