

КОВАЛІВСЬКИЙ ЛІЦЕЙ НИЖНЬОВЕРЫЗЬКОЇ СІЛЬСЬКОЇ РАДИ

ЗАТВЕРДЖЕНО

Директор ліцею

_____ Оксана БОДНАРУК

Наказ № _____ від _____

ІНСТРУКЦІЯ №39

Інструкція з охорони праці для вчителя з фізичної культури

1. Загальні положення

1.1. Інструкція з охорони праці для вчителя фізкультури ліцею розроблена відповідно до Закону України «Про охорону праці» (Постанова ВР України від 14.10.1992 № 2694-ХІІ) в редакції від 20.01.2018р, на основі «Положення про розробку інструкцій з охорони праці», затвердженого Наказом Комітету по нагляду за охороною праці Міністерства праці та соціальної політики України від 29 січня 1998 року № 9 в редакції від 1 вересня 2017 року, з урахуванням **Санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти, затвердженого** наказом Міністерства охорони здоров'я України 25 вересня 2020 року № 2205, «Правил безпеки під час проведення занять з фізичної культури і спорту в загальноосвітніх навчальних закладах», затверджених наказом Міністерства освіти і науки України 01.06.2010 № 521.

1.2. Дана інструкція з охорони праці розроблена для вчителів фізкультури з урахуванням специфіки роботи з закладі освіти в одну зміну, при наявності малого спортивного залу (класної кімнати), двох спортивних майданчиків, і підсобного приміщення.

1.3. До виконання обов'язків вчителя фізичної культури допускаються особи, які досягли 18 років, мають необхідну освіту, пройшли обов'язковий попередній медичний огляд, вступний і первинний інструктаж з охорони праці і навчання з охорони праці, перевірку знань вимог охорони праці. Вчитель повинен мати медичну книжку з допуском до роботи і регулярно 1 раз на рік проходити профілактичний медичний огляд, кожні 6 місяців проходити повторні інструктажі з питань охорони праці.

1.4. Робочим місцем вчителя фізкультури є спортивний зал, спортивний майданчик. Спортивні приміщення обладнані відповідно до вимог навчальних програм, норм з охорони праці.

1.5. Заняття на повітрі (спортивних майданчиках) вчитель фізичної культури повинен проводити з урахуванням погодних умов, температурного режиму з відповідними вимогами до спортивної форми учнів при проведенні занять на повітрі.

1.6. Під час освітнього процесу вчитель фізкультури повинен знаходитися в спортивній формі і взутті встановленого зразка з урахуванням всіх санітарно-гігієнічних норм до спеціального одягу і приміщення, а також зобов'язаний стежити за виконанням цих вимог учнями.

1.7. Учитель фізичної культури з метою дотримання вимог охорони праці повинен:

- впевнено знати і належним чином виконувати свої посадові обов'язки, інструкції з охорони праці, охорони життя і здоров'я учнів;
- забезпечувати режим дотримання норм і правил з охорони праці під час організації фізичного виховання учнів;
- мати чітке уявлення про небезпечні і шкідливі фактори, пов'язані з виконанням робіт і знати основні способи захисту від їх впливу;
- пройти вступний інструктаж і первинний інструктаж на робочому місці;
- керуватися в роботі правилами внутрішнього трудового розпорядку закладу освіти;

- дотримуватися режиму праці та відпочинку, який визначається графіком роботи;
- дбати про особисту безпеку і особисте здоров'я, а також про безпеку учнів у процесі виконання роботи або під час знаходження на території ліцею;
- дотримуватися правил особистої гігієни;
- при пересуванні по території і в приміщеннях користуватися тільки встановленими проходами;
- знати вимоги електро- і пожежобезпеки і вміти користуватися засобами пожежогасіння;
- вміти надавати домедичну допомогу потерпілому.

1.8. Вчитель фізичної культури повинен знати правила та порядок дій при виникненні пожежі, іншої надзвичайної ситуації, вміти користуватися первинними засобами пожежогасіння, знати прийоми надання першої домедичної допомоги постраждалим при нещасному випадку, а також місце знаходження аптечки першої допомоги.

1.9. У спортивних спорудах повинна бути аптечка (на відкритих спортивних майданчиках - переносна аптечка) з набором медикаментів, перев'язувальних засобів і приладів, та інструкція щодо надання першої домедичної допомоги в разі травм та пошкоджень.

1.10. Вчитель фізичної культури закладу загальної середньої освіти повинен пройти навчання і мати навички надання першої домедичної допомоги постраждалим.

1.11. Не допускається виконувати роботу, перебуваючи у стані алкогольного сп'яніння або у стані, викликаному вживанням наркотичних речовин, психотропних, токсичних або інших одурманюючих речовин, а також розпивати спиртні напої, вживати наркотичні засоби, психотропні, токсичні чи інші одурманюючі речовини на робочому місці або на території ліцею.

1.12. Вчитель фізичної культури несе відповідальність за безпечне проведення навчання та охорону життя і здоров'я учнів під час освітнього процесу, стежить за справністю, надійністю установа і закріплення спортивного обладнання, організовує і своєчасно проводить випробування спортивного інвентарю, а також несе відповідальність за порушення вимог цієї інструкції.

1.13. Вчитель фізкультури, який допустив невиконання чи порушення цієї інструкції з охорони праці, притягується до дисциплінарної відповідальності згідно зі Статутом, Правилами внутрішнього трудового розпорядку, чинним законодавством України і, при необхідності, проходить позачергову перевірку знань встановлених норм і правил охорони праці.

2. Вимоги безпеки перед початком роботи

2.1. Перед початком роботи вчитель фізкультури повинен одягнути спеціальний спортивний одяг (спортивний костюм) та спортивне взуття. Проводити заняття без спортивного одягу та спортивного взуття не дозволяється.

2.2. Перед початком занять вчитель фізичної культури повинен перевірити готовність і справність спортивного інвентарю та обладнання з урахуванням вимог до проведення уроку з тих чи інших видів спортивних занять.

2.3. У разі виявлення несправностей, що несуть загрозу безпеці учнів, даний снаряд повинен бути виключений з комплексу занять і, по можливості, замінений іншими снарядами або вправами. Про виявлені несправності, вчитель фізкультури повинен доповісти черговому адміністратору та заступнику директора з навчально-виховної роботи.

2.4. Включити повністю освітлення у спортивному залі і переконатися в справній роботі всіх світильників. Оптимальний рівень штучного освітлення спортивного залу складає 400 лк на рівні підлоги.

2.5. Перевірити надійність захисних сіток на освітлювальній арматурі, вікнах та опалювальних приладах.

2.6. Перевірити справність електрообладнання спортивного залу:

- встановлені світильники повинні бути надійно підвішені до стелі і в своїй конструкції мати світлорозсіювальну арматуру;
- комутаційні коробки повинні бути закриті кришками, корпуса і кришки вимикачів і розеток не повинні мати тріщин і відколів, а також оголених контактів з метою попередження випадків електротравматизму;

- на всіх штепсельних розетках мають бути встановлені запобіжні заглушки і зроблені написи про величину напруги.

2.7. Перевірити санітарний стан спортивного залу і провітрити його. Вікна у відкритому положенні фіксувати гачками. Провітрювання слід закінчити за 30 хв до приходу учнів. Переконалися, у тому що температура повітря в спортивному залі відповідає вимогам санітарних правил і становить в спортивному залі - 15-17°C, у роздягальнях при спортивному залі - 19-23°C.

2.8. Перевірити стан підлоги в спортивному залі. Підлоги спортивних залів повинні бути пружними, без щілин і застругів, мати рівну, горизонтальну й неслизьку поверхню. Підлоги не повинні деформуватися від миття й до початку занять мають бути сухими й чистими.

2.9. Під час занять спортивними іграми, необхідно перевірити вологість підлоги, накачування м'ячів, натяг волейбольної сітки, кріплення баскетбольних щитів і правильність розмітки поля.

2.10. Перед заняттями гімнастикою вчитель фізкультури перевіряє наявність матів, міцність кріплення спортивних снарядів, канатів, цілісність шведської стінки. Обладнання необхідно розміщувати так, щоб навколо кожного гімнастичного снаряда була безпечна зона.

2.11. У тренажерному залі вчитель фізкультури перевіряє цілісність тросів на спортивних верстатах, змащування тертьових частин, наявність необхідних ваг, і кріплення штанги, наявність фіксатора ваги на тренажерах.

2.12. На заняттях шейпінгом вчитель фізкультури завчасно перевіряє справність аудіо- і відеоапаратури, цілісність дзеркал і хореографічного верстата, наявність спортивних килимків.

2.13. Заняття на повітрі і спортивних майданчиках проводити з урахуванням погодних умов і температурного режиму з відповідними вимогами до спортивної форми учнів при занятті на вулиці.

2.14. Перевірити наявність у спортивному залі аптечки (для проведення уроку на відкритому спортивному майданчику – переносної аптечки) з набором медикаментів, перев'язувальних засобів і приладь для надання домедичної допомоги та інформацію про номер телефону і місцезнаходження найближчого медичного закладу, де можуть надати кваліфіковану медичну допомогу.

2.15. Перевірити наявність та термін придатності вогнегасників. При необхідності здати вогнегасники з простроченим терміном використання відповідальній особі і замінити на нові.

2.16. У приміщеннях основних спортивних споруд закладу загальної середньої освіти на видному місці повинен бути розміщений план евакуації здобувачів освіти на випадок пожежі зі схемою виведення учасників освітнього процесу з території та усіх приміщень і місць проведення занять з фізичної культури.

2.17. Перевірити евакуаційні виходи зі спортивного залу. Двері евакуаційних виходів у спортивних залах дозволяється замикати тільки зсередини за допомогою засувки, гачків або засувів, що легко відкриваються. Не дозволяється забивати наглухо або захаращувати двері запасних виходів із спортивного залу.

2.18. Підготувати необхідні для проведення уроку фізкультури матеріали, спортивні прилади.

2.19. При виявленні пошкодження приладів і обладнання, вчитель фізичної культури зобов'язаний терміново доповісти директору або завгоспу, а при їх відсутності - черговому адміністратору закладу загальної середньої освіти.

2.20. Не слід приступати до роботи, якщо виявлені невідповідності робочих місць вчителя фізкультури або учнів встановленим в даному розділі вимогам, а також при неможливості здійснити зазначені вище підготовчі до роботи дії.

3. Вимоги безпеки під час роботи

3.1. На початку кожного уроку з фізичної культури вчитель повинен ознайомити учнів з правилами поведінки в спортивному залі і на майданчику.

3.2. Вчитель фізичного виховання чітко ставить завдання на урок, навчає учнів безпечним прийомом виконання фізичних вправ і стежить за їх правильним виконанням, виключаючи

конфліктні ситуації під час уроків, можливість зіткнення учнів один з одним під час розминки, спортивних ігор, перестроювань.

3.3. Вчитель фізичної культури стежить, щоб учні на уроках були в спортивній формі і спортивному взутті, виконували вимоги особистої гігієни.

3.4. Під час основної частини уроку чи заняття учитель фізичної культури має:

- страхувати учнів під час виконання ними фізичних вправ;
- поступово збільшувати навантаження, не порушуючи структури уроку;
- нагадувати учням правила техніки безпеки під час виконання завдань;
- стежити за зовнішніми реакціями організму учнів на фізичне навантаження;
- коригувати навантаження на організм учнів залежно від результатів вимірювання

ЧСС;

- давати окремі завдання учням, які за станом здоров'я зараховані до спеціальної або підготовчої медичної групи.

3.5. Під час уроку вчителю фізичної культури забороняється користуватися мобільним телефоном, відволікатись на розмови з іншими працівниками або батьками учнів.

3.6. Не допускається присутність сторонніх осіб під час проведення освітнього процесу з фізичної культури в спортивному залі або на спортивному майданчику.

3.7. При пересуванні слід звертати увагу на нерівності і слизькі місця на території і в приміщеннях навчального закладу, обходити їх і остерігатися падіння.

4. Вимоги безпеки для вчителя фізкультури після закінчення роботи

4.1. Після закінчення занять зібрати спортінвентар, скласти його у відведеному місці.

4.2. Вивести дітей із спортивного майданчику чи із спортивного залу.

4.3. Після закінчення роботи вчитель стежить за якістю вологого прибирання спортивного залу, спортивних снарядів. Прибирання спортивного залу повинно проводитися після кожного уроку і після закінчення уроків, занять секцій.

4.4. Провітрити спортивний зал.

4.5. Закрити вікна, вимити руки і перекрити воду.

4.6. Перевірити наявність первинних засобів пожежогасіння. При закінченні терміну експлуатації вогнегасника передати його особі завгоспу, для подальшої перезарядки. Встановити в приміщенні новий вогнегасник.

4.7. Упевнитися у відповідності приміщення спортивного залу, підсобного приміщення вимогам норм та правил пожежної безпеки, вимкнути освітлення і закрити приміщення на ключ.

4.8. Про всі недоліки, помічені під час роботи, доповісти директору ліцею.

Інструкцію розробив

_____ (підпис)

_____ (прізвище, ініціали)

ПОГОДЖЕНО:

Голова ПК ліцею

_____ (підпис)

_____ (прізвище, ініціали)

З інструкцією ознайомлений (а) _____

_____ (підпис)

_____ (прізвище, ініціали)

« ____ » _____ 2025р.

З інструкцією ознайомлений (а) _____

_____ (підпис)

_____ (прізвище, ініціали)

« ____ » _____ 2025р.

З інструкцією ознайомлений (а) _____

_____ (підпис)

_____ (прізвище, ініціали)

« ____ » _____ 2025р.