


Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение Детский сад №1
«Остров детства» с. Ильинское МО «Томаринский городской округ» Сахалинской
области
694840, с. Ильинское, ул. Железнодорожная, д.12 тел.89963449159
E-mail: ostrovdetstva1@mail.ru

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
детский сад №1 «Остров детства»
с. Ильинское Сахалинской области
 - И.А. Кожухарь
приказ № 1-ОД от 10.06.2020 г.

ПРОГРАММА
первичного инструктажа по охране труда на рабочем месте
инструктора по физической культуре
муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения
детский сад №1 «Остров детства» с. Ильинское МО «Томаринский городской
округ» Сахалинской области

1.8.3. За норму часов педагогической работы за ставку заработной платы педагогических работников принимается норма часов учебной работы, являющаяся нормируемой частью их педагогической работы.

1.9. Педагог обязан проявлять в коллективе дошкольного образовательного учреждения взаимную вежливость, уважение, терпимость.

1.10. Инструктор по физкультуре должен добросовестно выполнять свои должностные обязанности, соблюдать трудовую дисциплину, бережно относиться к имуществу детского сада, а также выполнять установленные нормы труда и отдыха.

2. Организации охраны труда на рабочем месте инструктора по физкультуре

2.1. Спортзал, спортивные площадки проверены администрацией, специалистом по охране труда, лицом, ответственным за обеспечение пожарной безопасности в дошкольном образовательном учреждении и соответствуют нормам и требованиям охраны труда и пожарной безопасности.

2.2. Спортзал, спортивные площадки приняты комиссией по приемке детского сада к новому учебному году, имеется акт.

2.3. Спортивное оборудование и спортивный инвентарь испытан и проверен на безопасность. Мебель и стеллажи в спортивном зале, а также персональный компьютер и оргтехника проверены на безопасность.

2.4. Спортивный зал оснащен пожарной сигнализацией, которая находится в рабочем состоянии.

2.5. Из спортивного зала имеется два эвакуационных выхода в коридор. Эвакуационные выходы не загромождены.

2.6. Для спортивного зала предусмотрен огнетушитель, в тренерской имеется аптечка первой помощи с описанием медикаментов, среди которых в обязательном порядке стерильные и нестерильные бинты, эластичный бинт, жгут, вата, шины для помощи при переломах верхних и нижних конечностей, косынка для иммобилизации рук, ножницы. Следует также иметь матерчатые носилки (складные).

2.7. Спортивный зал и раздевалки оснащены приточно-вытяжной вентиляцией с механическим побуждением. Батареи закрыты съемными панелями, которые обеспечивают циркуляцию воздуха.

2.8. Освещение двустороннее искусственное и одностороннее естественное: окна размещены по длинной боковой стороне. Светильники защищены от механических повреждений решетками. На окнах предусмотрены защитные устройства от попадания мячей.

2.9. Спортивные снаряды в зале закреплены, размещены с учетом требований безопасности. Разметка площадки соответствует нормам. Снарядная (инвентарная) комната оборудована стеллажами для спортивного инвентаря.

2.10. В тренерской имеются необходимые нормативные документы, инструкции по охране труда и пожарной безопасности. При входе в тренерскую комнату (в коридоре) на видном месте размещен уголок охраны труда с правилами поведения воспитанников в спортзале, на спортивных площадках.

2.11. Требования к размещению и хранению спортивного оборудования и инвентаря

2.11.1. Система правильного и рационального размещения и хранения спортивного оборудования и инвентаря, построенная на основе принципов научной организации труда, должна обеспечивать его сохранность и экономить время инструктора по физкультуре на подготовку к занятию. Основной принцип размещения и хранения спортивного оборудования и инвентаря - по назначению оборудования, с учетом частоты использования данного оборудования и правил безопасности.

2.11.2. Для хранения съемного спортивного оборудования и спортивного инвентаря предусмотрена снарядная (инвентарная). Размещение спортивного инвентаря на стеллажах

приказом возложены обязанности по обеспечению пожарной безопасности в дошкольном образовательном учреждении.

2.14. Основными направлениями деятельности детского сада в области охраны труда являются:

- обеспечение приоритета сохранения жизни и здоровья работников и воспитанников;
- административное управление охраной труда;
- административный надзор и контроль соблюдения требований охраны труда;
- расследование и учет несчастных случаев и профессиональных заболеваний.

2.15. В целях реализации социальной политики в сфере охраны труда в дошкольном образовательном учреждении оборудован кабинет охраны труда.

2.16. Основными направлениями деятельности кабинета охраны труда являются:

- оказание действенной помощи в решении проблем безопасности труда;
- создание системы информирования работников об их правах и обязанностях в области охраны труда, о состоянии условий и охраны труда в образовательной организации, на конкретных рабочих местах, о принятых нормативных правовых актах по безопасности и охране труда;
- пропаганда вопросов охраны труда.

2.17. Общественный контроль состояния охраны труда в дошкольном образовательном учреждении осуществляют уполномоченные (доверенные) лица по охране труда профессионального союза или трудового коллектива.

3. Общие правила поведения на рабочем месте

3.1. Инструктор по физической культуре в спортзале, в детском саду и на его территории обязан соблюдать нормы, правила и инструкции по охране труда и пожарной безопасности, Правила внутреннего трудового распорядка дошкольного образовательного учреждения.

3.2. Оперативно сообщать заведующему о любом несчастном случае, происшедшем в спортивном зале, на стадионе и спортивных площадках и иных помещениях дошкольного образовательного учреждения, о признаках профессионального заболевания, а также о ситуации, которая создает угрозу жизни и здоровью людей.

3.3. Запрещается употребление спиртных напитков, а также приступать к работе в состоянии алкогольного опьянения, курить на территории детского сада.

3.4. При заболевании или травмировании, как на работе, так и вне ее, необходимо сообщить об этом заведующему ДООУ и обратиться в лечебное заведение.

3.5. При несчастном случае следует оказать первую помощь пострадавшему в соответствии с инструкцией по оказанию первой помощи, вызвать медицинского работника дошкольного образовательного учреждения.

3.6. Сохранить до расследования обстановку на рабочем месте такой, какой она была в момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью окружающих и не приведет к аварии.

3.7. При обнаружении неисправности спортивного оборудования и инвентаря убрать их в места хранения, сообщить об этом заместителю заведующего по административно-хозяйственной работе. Пользоваться и применять в работе неисправное спортивное оборудование и спортивный инвентарь запрещается.

3.8. При обнаружении неисправности компьютерной и оргтехники отключить их, сообщить об этом заместителю заведующего по административно-хозяйственной работе. Пользоваться и применять в работе неисправное электрооборудование, компьютерную и оргтехнику запрещается.

3.9. Инструктор по физкультуре обязан:

- обеспечить здоровые и безопасные условия занятий воспитанников на занятиях по физкультуре, соблюдение санитарно-гигиенического режима и утвержденных правил в спортзалах, спортивных площадках, в спортивной;
- иметь I квалификационную группу по электробезопасности;

4.3. Опасными зонами в спортзале и на территории детского сада являются:

- распределительные щитки, электрооборудование в тренерской;
- системы коммуникаций: тепло-, водоотведения, в т.ч. на прилегающей территории;
- электрооборудование, электроустановки, электрощитовые;
- лестницы при использовании обуви на скользкой подошве;
- люки на территории детского сада;
- прилегающие к зданиям учреждения территории, находящиеся в зоне схода с крыш снега и падения сосулек;
- территории подъезда специального транспорта.

4.4. В целях создания безопасных условий труда в дошкольном образовательном учреждении размещены знаки безопасности и предупреждающие плакаты: на электрощитовых и электроустановках.

4.5. В целях создания безопасных условий работы в спортивном зале выполнено защитное ограждение окон и светильников от ударов мячом, ограждение батарей и трубопроводов отопительной системы деревянными щитами, а также ограждение выступающих частей конструкций по периметру зала панелями.

4.6. При показе инструктором прыжков, соскоков, кувырков в обязательном порядке используются маты.

5. Порядок подготовки к работе инструктора по физической культуре

5.1. Включить полностью освещение в спортивном зале, убедиться в исправной работе светильников, наличии защитных решеток на них. Наименьшая освещенность в спортивном зале должна быть 300 люкс.

5.2. Осмотреть и привести в порядок рабочее место в тренерской комнате, проверить наличие огнетушителей и аптечки первой помощи.

5.3. Проверить санитарное состояние спортивного зала, убедиться в целостности стекол на окнах и провести проветривание зала. Температура воздуха в спортивном зале должна быть 17-20° С.

5.4. Проверить состояние полов в спортивном зале. Пол спортивного зала должен быть упругим, без щелей и застрогов, иметь ровную, горизонтальную и нескользкую поверхность, окрашенную эмульсионной или силикатной краской.

5.5. Проверить отсутствие загроможденности проходов и эвакуационных выходов из спортзала и раздевалок.

5.6. Оборудование должно быть исправным, безопасным и соответствовать возрастным показателям дошкольников.

5.7. Убедиться в правильной и безопасной расстановке спортивных снарядов, правильном расположении матов, отсутствии влаги на полу.

5.8. Перед проведением занятий на территории детского сада провести осмотр спортивных площадок и подходов к ним на наличие битого стекла, проволоки и иных опасных предметов. Убедиться в наличии крышек и безопасности люков.

5.9. При проведении занятий на спортивной площадке проверить качество наземного покрытия спортивной площадки, количество песка, его рыхлость, а также отсутствие каких-либо посторонних предметов в прыжковых ямах.

5.10. Перед изучением с детьми новой темы, новых упражнений, спортивной игры провести инструктаж.

5.11. При любых нарушениях по охране труда в спортивном зале либо на спортивных площадках инструктор физкультуры не должен приступать к работе до устранения выявленных недостатков, угрожающих собственной жизни и здоровью, а также жизни и здоровью воспитанников.

- 6.16. Не допускать использования на занятиях по физической культуре неисправных спортивных снарядов и спортивного инвентаря. Их необходимо изъять и передать заместителю заведующего по административно-хозяйственной работе для организации их ремонта.
- 6.17. Не допускать вынос спортивного инвентаря воспитанниками из спортивного зала.
- 6.18. Не отправлять детей во время занятия физкультурой с территории детского сада за спортивным инвентарем в спортзал, тренерскую или снарядную. Не отправлять воспитанников по окончании занятия одних со спортивными площадок и стадиона в группу, следует организованно зайти в детский сад и довести детей до групповой ячейки.
- 6.19. Влажную уборку спортивного зала проводить один раз в день, после каждого занятия проветривать помещение в течение не менее 10 минут.
- 6.20. Спортивный инвентарь протирать ежедневно влажной ветошью, маты – с использованием мыльно-содового раствора. Ковровые покрытия ежедневно очищать, используя пылесос.
- 6.21. По окончании занятий собрать спортивный инвентарь и разместить в снарядной (инвентарной), перед закрытием спортзала проверить отсутствие в них детей.

7. Основные требования по предупреждению электротравматизма

7.1. Электробезопасность должна обеспечиваться:

- конструкцией электрооборудования;
- техническими способами и средствами защиты;
- организационными и техническими мероприятиями.

7.2. Воздействие электрического тока на организм человека опасно для жизни. Электротравма - травма, вызванная воздействием электрического тока или электрической дуги. Характерными видами электрических травм являются ожоги, электрические знаки и металлизации кожи. К электрическим травмам следует отнести и поражение глаз вследствие воздействия ультрафиолетовых лучей электрической дуги (электроофтальмия), а также механические повреждения при падениях вследствие резких произвольных движений или потери сознания, вызванных действием тока.

7.3. Прохождение через тело человека электрического тока свыше 0,1 ампер может привести к смертельному исходу. Исход воздействия электрического тока зависит от рода тока (постоянный или переменный), состояния человека, пути прохождения, времени прикосновения к источнику электрического тока, сопротивления тела человека.

7.4. Инструктор по физической культуре должны знать, что электрический ток представляет собой скрытую опасность. При прикосновении к токоведущим частям оборудования или оголенным проводам, находящимся под напряжением, человек может получить электротравму (частичное поражение организма) или электрический удар (поражение организма в целом при параличе дыхания или сердца, или того и другого одновременно при параличе нервной системы, мышц грудной клетки и желудочков сердца).

7.5. При эксплуатации электрооборудования, осветительных сетей не допускается:

- использовать кабель и провода с поврежденной или потерявшей защитные свойства изоляцией;
- пользоваться поврежденными выключателями, розетками, вилками, удлинителями и фильтрами, ответвительными коробками, рубильниками и другими электроустановочными изделиями;
- завязывать и скручивать электропровода, а также оттягивать провода и светильники;
- заклеивать участки электропровода бумагой;
- обертывать электрические лампы бумагой, материей и другими горючими материалами, а также эксплуатировать их со снятыми колпаками (рассеивателями);
- производить влажную уборку компьютерной и оргтехники, электрощитов, защитных устройств и другой электроаппаратуры, находящихся под напряжением.

- использовать открытый огонь в спортивном зале, в раздевалках, тренерской и снарядной, в иных помещениях и на территории детского сада;
- использовать в детском саду легковоспламеняющиеся жидкости;
- загромождать проходы, коридоры мебелью, спортивным оборудованием и спортивными снарядами, различными материалами, а также наглухо запирать двери эвакуационных выходов;
- устраивать при выходе из тренерской вешалки для одежды и гардеробы, хранение (в том числе временное) любого инвентаря и материалов;
- размещать вешалки в раздевалках вблизи выходов;
- использовать электрооборудование в условиях, не соответствующих рекомендациям (инструкциям) предприятий-изготовителей, или имеющие неисправности, которые могут привести к пожару, а также эксплуатировать провода, кабели и удлинители с поврежденной или потерявшей защитные свойства изоляцией;
- располагать на электрооборудовании и электроприборах бумагу, вещи, иные предметы;
- допускать попадание влаги на поверхность системного блока, монитора, рабочую поверхность клавиатуры, принтеров и других устройств;
- оставлять включенными в электрическую сеть без присмотра компьютерное оборудование, принтер, иную оргтехнику.

8.4. Для предотвращения пожаров в детском саду планируются и проводятся профилактические противопожарные мероприятия:

- контроль состояния, учет, размещение (приобретение) первичных средств пожаротушения;
- поддержание в исправном состоянии автоматической пожарной сигнализации (АПС);
- контроль состояния запасных выходов (хранение ключей от запасных выходов);
- разработка, изготовление и размещение указателей (запасных выходов мест хранения первичных средств пожаротушения, направлений на выход);
- разработка схем эвакуации;
- поддержание и проведение мероприятий повышающих противопожарную безопасность (уборка мусора, очистка путей эвакуации);
- назначение лиц, ответственных за противопожарное состояние, за отключение электропитания в аварийных ситуациях;
- обучение профилактическим мерам безопасности и правилам обращения с огнем работников, инструктажи и тренировки;
- подготовка (оснащение, обучение) противопожарных формирований гражданской обороны дошкольного образовательного учреждения.

9. Средства пожаротушения и места их расположения

9.1. К основным средствам пожаротушения в детском саду относятся первичные средства огнетушения (огнетушители, внутренние пожарные краны, песок, огнестойкие покрывала, вода из водопровода или пожарной бочки).

9.2. В ДОУ используются следующие виды огнетушителей:

- порошковые огнетушители, предназначенные для тушения загорания легко воспламеняющихся и горючих жидкостей, электроустановок и электрооборудования, находящихся под напряжением, а также для тушения пожаров на объектах с материальными ценностями;
- углекислотные огнетушители, предназначенные для тушения загорания углекислотой в газо- или в снегообразном виде.

9.3. Пожарные краны внутреннего пожарного водопровода оборудованы рукавами и стволами и размещаются в специальных шкафах. Пожарные рукава должны быть сухими, хорошо

- после использования огнетушителя необходимо заменить его новым, годным к применению;
- использованный огнетушитель следует сдать заместителю заведующего по административно-хозяйственной работе (завхозу) для последующей перезарядки, о чем сделать запись в журнале учета первичных средств пожаротушения.

11. Характерные причины аварий, пожаров, случаев травматизма, меры их предотвращения

11.1. Несчастным случаем или травмой называется происшествие, при котором в результате внезапного воздействия (механического, химического, теплового) внешней среды произошло повреждение органов человека или нарушение их нормальной жизнедеятельности.

11.2. Травмы происходят в результате нарушения правил охраны труда и трудовой дисциплины. По характеру травм - это ранения, переломы, ожоги, вывихи, удары, поражения электрическим током и т. д. К личностным причинам относятся: недисциплинированность педагогических работников и воспитанников, невыполнение указаний и распоряжений администрации детского сада, нарушение требований инструкций по охране труда, пожарной и электробезопасности.

11.3. В результате нарушения или незнания правил пожарной безопасности, как правило, возникают пожары. Поэтому, для предупреждения пожаров важное значение имеет регулярный инструктаж и соблюдение правил пожарной безопасности. Инструктор по физической культуре должен строго соблюдать действующие правила пожарной безопасности.

11.4. Взрывы и пожары возможны при возникновении чрезвычайной ситуации, связанной с террористическими актами. Для уменьшения риска возникновения теракта инструктор по физическому воспитанию обязан соблюдать инструкцию по антитеррористической безопасности и уметь грамотно действовать в случае возникновения угрозы.

11.5. При организации учебно-воспитательной деятельности возможны возникновения следующих видов аварий:

- аварии в системе инженерной инфраструктуры (коммунальных системах жизнеобеспечения) организации;
- аварии в энергетической системе дошкольного образовательного учреждения;
- внезапное обрушение зданий, части здания;
- пожары.

11.6. Причинами возникновения аварий в дошкольном образовательном учреждении могут быть:

- нарушение трудовой дисциплины;
- недостатки в организации рабочих мест;
- плохая организация работ;
- нарушение требований безопасности при эксплуатации оборудования;
- нарушение правил эксплуатации оборудования, включая спортивного.

12. Действия при возникновении опасной ситуации

12.1. Инструктор по физической культуре при возникновении аварийной ситуации обязан вывести воспитанников из спортивного зала в безопасную зону и оповестить об аварии окружающих людей и заместителя заведующего по административно-хозяйственной работе, после чего действовать в соответствии с планом ликвидации аварии.

12.2. В случае возникновения нарушений в работе персонального компьютера, средств оргтехники (запах гари, посторонний шум или ощущение действия электрического тока при прикосновении к их корпусам), а также при возникновении нарушений в работе электросети (запах гари, мигание светильников и т. д.) отключить соответствующее электрооборудование в распределительном щитке и сообщить об этом заместителю заведующего по административно-

момента прекращения сердечной деятельности и дыхания;

- при отсутствии медицинского работника в дошкольном образовательном учреждении необходимо вызвать скорую медицинскую помощь.

13.4. Вызов скорой медицинской помощи осуществляется по телефону 103. При этом вызывающий сообщает адрес образовательной организации, характер травмы или заболевания, сведения о пострадавшем или заболевшем.

13.5. Первая помощь при ушибах:

При ушибах пострадавший жалуется на боль в месте повреждения. Чтобы уменьшить боль и кровоизлияние:

- прикладывают к ушибу резиновый пузырь или бутылку со льдом, снегом или холодной водой;
- делают холодные примочки;
- если есть ссадина, следует перевязать ее, как и рану, а сверху наложить пузырь со льдом или снегом;
- обеспечить больному полный покой;
- ушибленным частям тела придать немного приподнятое положение;
- если ранена (ушиблена) рука, то ее подвешивают на косынку;
- если ранена нога, то больному запрещают ходить (передвигаться);
- при ушибе головы, грудной клетки, живота могут быть повреждены и внутренние органы, поэтому следует срочно вызвать скорую помощь или потерпевшего доставить в лечебное учреждение.

13.6. Оказывая первую помощь при ранении, необходимо строго соблюдать следующие правила:

- нельзя промывать рану водой или даже каким-либо лекарственным веществом, засыпать порошком и смазывать мазями, так как это препятствует заживлению раны, вызывает нагноение и способствует занесению в нее грязи с поверхности кожи;
- нельзя удалить из раны песок, землю и т. п., так как убрать таким способом все, что загрязняет рану, невозможно. Нужно осторожно снять грязь с кожи вокруг раны, очищая от краев раны наружу, чтобы не загрязнять рану, на очищенный участок кожи — наложить повязку;
- нельзя удалять из раны сгустки крови, остатки одежды и т. п., так как это может вызвать сильное кровотечение.

13.7. Первая помощь при вывихах:

- вывих ни в коем случае нельзя вправлять, потому что при неумелом вправлении можно травмировать кость;
- при вывихе верхней конечности (руки) ее следует подвесить на платок;
- при вывихе бедра под колено вывихнутой конечности необходимо подложить что-нибудь мягкое;
- при вывихе нижней конечности пострадавшего доставляют в больницу на носилках.

13.8. Первая помощь при переломах:

Переломы сопровождаются сильной болью, которая усиливается при попытке сменить положение поврежденной части тела. Переломы ощупывать или вправлять категорически запрещается. Поэтому в первую очередь конечности следует придать наиболее безболезненное, удобное положение.

При открытом переломе, когда есть рана, в нее может попасть загрязнение. В первую очередь следует остановить кровотечение, одежду на поврежденной конечности (или ране) нужно разрезать, рану перевязать стерильной повязкой, а затем наложить шину.

При переломе костей верхних конечностей, руке придают согнутое в локте положение. На плечо накладывают шину с внешней и внутренней стороны руки.

одежду, которая препятствует дыханию, открыть окна или вынести потерпевшего на свежий воздух и положить его, слегка подняв ноги, дать стакан крепкого чая или кофе. Лицо и грудь можно смочить холодной водой, но прикладывать к голове холодные примочки не следует.

13.11. Первая помощь при тепловом и солнечном ударе:

Тепловой удар - это перегрев организма, связанный с высокой температурой, повышенной влажностью воздуха, сверхтеплой одеждой и т.д.

Признаки:

- кожа лица краснеет;
- слизистые оболочки становятся сухими;
- наступает резкая слабость;
- ухудшается дыхание;
- слабеет пульс.

Солнечный удар - прямое влияние на тело человека солнечного луча.

Признаки:

- общая слабость;
- головная боль;
- тошнота, рвота;
- иногда потеря сознания.

Первая помощь: расстегнуть одежду, положить в тени снемного приподнятой головой, на голову и участок сердца положить холодный компресс, дать стакан холодного напитка, лучше чая. При нарушении дыхания выполнить искусственное дыхание.

13.12. Первая помощь при поражении электрическим током:

- как можно быстрее освободить от токоведущих частей;
- быстро отключить напряжение рубильником или выключателем;
- для освобождения от токоведущих частей или провода пользуются палкой, деревянной шваброй или другим сухим предметом, который не проводит электрический ток;
- можно оттянуть за одежду, исключая касание до металлических предметов под током и открытых частей тела пострадавшего;
- если сознание присутствует, надо поместить на твердую поверхность, обеспечить покой, наложить чистую сухую повязку поверх ожогов;
- если человек в обмороке, но пульс прощупывается в районе сонной артерии, то нужно освободить от сдавливающей одежды, привести в сознание, согреть;
- если пульс отсутствует, нужно реанимировать, производя непрямой массаж сердца и искусственное дыхание рот в рот или рот в нос, если мышцы рта спазмированы;
- вызвать медицинского работника детского сада и скорую помощь.

13.13. Первая помощь при ожогах

Термические ожоги - результат воздействия высокой температуры (раскаленных элементов) на тело человека, вследствие чего возникает его поражение (ранение).

Действия при термическом ожоге:

- человек в горячей одежде, не должен бежать; на пострадавшего нужно накинуть одеяло, пальто, ковер, брезент или сбить пламя водой;
- нельзя прикасаться руками к обожженной части кожи, смазывать ее мазями, какими-либо растворами, удалять куски одежды от обожженного места и пр.;
- с обожженной части тела осторожно снять одежду, обувь;
- если есть обгоревшие кусочки одежды на обожженной коже, то стерильную повязку накладывают поверх них;
- потерпевшего с тяжелым ожогом не раздевают, его нужно завернуть в чистое одеяло, тепло укрыть, напоить чаем и не беспокоить до прибытия врача.