

СОГЛАСОВАНО:  
председатель ТК  
\_\_\_\_\_ О.В. Мартынюк  
протокол № \_\_\_\_\_  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ:  
заведующий МБДОУ № 8  
\_\_\_\_\_ О.Г. Ковалева  
Приказ № \_\_\_\_\_  
от «\_\_» \_\_\_\_\_ 2023 г.

## **Инструкция по охране труда при проведении занятий в физкультурном зале МБДОУ № 8**

### **1. Общие требования охраны труда**

1.1. Настоящая инструкция 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», 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 X 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 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 закреплённом;
- 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 влажному 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 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 и допустившие нарушение или невыполнение требований настоящей инструкции, 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 м<sup>2</sup>.
- 2.9. Температура воздуха в физкультурном зале ДОО должна соответствовать требуемым санитарным нормам:
- *в холодный период года* — 19-21°C;
  - *в теплый период года* верхняя граница допустимой температуры воздуха не более 28°C, 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 ДООУ запрещено:
- выполнять упражнения и действия на спортивных снарядах, противоречащие прямому назначению 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 ДООУ запрещается:
- включать в электросеть и отключать от неё электроприборы мокрыми руками;
  - размещать на электроприборах предметы (бумагу, ткань, вещи и т.п.);
  - скручивать, заземлять 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 нарушать настоящую инструкцию, 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 отсутствие 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 ДООУ 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 ДОО 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 ДОО (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 братья 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: \_\_\_\_\_ О.Г. Ковалева