

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №5 «Ясин» п.Ойсхар  
Гудермесского муниципального района



**СОГЛАСОВАНО:**  
Председатель ППО  
МБДОУ №5 «Ясин» п.Ойсхар  
М.Р.Висалиева  
01.02.2019 г.



**УТВЕРЖДАЮ:**  
Заведующий  
МБДОУ №5 «Ясин» п.Ойсхар  
Ж.А.Джунаидова  
Приказ от 01.02.2019 №03-ОД

**ИНСТРУКЦИЯ**  
**по охране труда инструктора по физической культуре**  
**ИОТ - 016- 2019**

2019 г.

## **Инструкция по охране труда инструктора по физической культуре**

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

К самостоятельной работе инструктором по физической культуре допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, прошедшие соответствующую подготовку, инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

При работе инструктором по физической культуре соблюдать правила внутреннего

### **2. Требования охраны труда перед началом работы**

Включить полностью освещение зала для гимнастических занятий и убедиться в исправной работе светильников. Наименьшая освещенность должна быть: при люминесцентных лампах не менее 200 лк (13 Вт/кв. м), при лампах накаливания не менее 100 лк (32 Вт/кв. м).

Убедиться в исправности электрооборудования зала для гимнастических занятий: светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру; электрические коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, а электророзетки - фальшвилками; корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

При использовании на занятиях электрических звуковоспроизводящих музыкальных аппаратов убедиться в их исправности и целостности подводящих кабелей и электровилок.

Проверить санитарное состояние зала для гимнастических занятий и проветрить его, открыв окна или фрамуги и двери. Окна в открытом положении фиксировать крючками, а фрамуги должны иметь ограничители. Проветривание закончить за 30 мин. до прихода детей.

Убедиться в том, что температура воздуха в зале для гимнастических занятий не ниже 19°C.

Во избежание падения и травмирования детей убедиться в том, что ковры и дорожки надежно прикреплены к полу, а спортивный инвентарь исправен и надежно закреплен.

### **3. Требования охраны труда во время работы**

Поддерживать дисциплину и порядок во время занятий, следить за тем, чтобы дети выполняли все указания инструктора.

Не разрешать детям самовольно покидать место проведения занятия.

Перед выполнением гимнастических упражнений обязательно провести с детьми небольшую разминку.

При выполнении упражнений на шведской лестнице, других спортивных снарядах на высоте от пола обязательно страховать детей от падения, не разрешать им самостоятельно без разрешения инструктора подниматься на высоту.

При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы между детьми, чтобы не было столкновений.

При выполнении прыжков и соскоков следить за тем, чтобы дети приземлялись мягко на носки ступней, пружинисто приседая.

При проведении подвижных игр и соревнований следить за тем, чтобы не было столкновений между детьми, толчков и ударов по рукам и ногам.