

СОГЛАСОВАНО
Председатель первичной
профсоюзной организации



«03» 10 2024г.
Протокол № 34
«03» 10 2024г.

УТВЕРЖДАЮ
И.о. ректора СурГУ



«03» 10 2024г.



ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда
при проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания
кафедры Теории физической культуры
(для преподавателей)
ИОТВ-085-2024

г. Сургут

1. Область применения

1.1. Настоящая инструкция устанавливает требования по обеспечению безопасных условий труда для работников СурГУ при проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания.

1.2. Настоящая инструкция по охране труда при проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания разработана на основе установленных обязательных требований по охране труда в Российской Федерации, а также:

- 1) изучения работ при проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания;
- 2) результатов специальной оценки условий труда;
- 3) анализа требований профессионального стандарта;
- 4) определения профессиональных рисков и опасностей, характерных на занятиях по Плаванию с методикой преподавания;
- 5) анализа результатов расследования имевшихся несчастных случаев при проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания;
- 6) определения безопасных методов и приемов при проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания.

1.3. Выполнение требований настоящей инструкции обязательны для всех работников СурГУ при проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания независимо от их специальности, квалификации и стажа работы.

2. Нормативные ссылки

2.1. Инструкция разработана на основании следующих документов и источников:

2.1.1. Трудовой кодекс Российской Федерации от 30.12.2001 № 197-ФЗ;

2.1.2. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 02.12.2020 N 40 "Об утверждении санитарных правил СП 2.2.3670-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям труда"".

2.1.3. Приказ Минтруда России от 29.10.2021 N 772н "Об утверждении основных требований к порядку разработки и содержанию правил и инструкций по охране труда, разрабатываемых работодателем"

3. Общие требования охраны труда

3.1.1. Работнику необходимо выполнять свои обязанности в соответствии с требованиями настоящей инструкции.

3.1.2. К проведению занятий по Плаванию с методикой преподавания допускаются лица старше 18 лет, прошедшие:

- медицинский осмотр;
- вводный и первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте;
- обучение по оказанию первой помощи пострадавшему при несчастных случаях на производстве, микроповреждениях (микротравмах), произошедших при выполнении работ;
- обучение мерам пожарной безопасности;
- допущенные в установленном порядке к самостоятельной работе.

3.1.3. Повторный инструктаж проводится по программе первичного инструктажа один раз в шесть месяцев непосредственным руководителем работ.

3.1.4. Внеплановый инструктаж проводится непосредственным руководителем работ при:

- а) изменении должностных (функциональных) обязанностей работников, непосредственно связанных с осуществлением производственной деятельности, влияющими на безопасность труда;
- б) изменении нормативных правовых актов, содержащих государственные нормативные требования охраны труда, затрагивающими непосредственно трудовые функции работника, а также изменениями локальных нормативных актов организации, затрагивающими требования охраны труда в организации;
- в) выявлении дополнительных к имеющимся на рабочем месте производственных факторов и источников опасности в рамках проведения специальной оценки условий труда и оценки профессиональных рисков соответственно, представляющих угрозу жизни и здоровью работников;
- г) требовании должностных лиц федеральной инспекции труда при установлении нарушений требований охраны труда;
- д) произошедших авариях и несчастных случаях на производстве;
- е) перерыве в работе продолжительностью более 60 календарных дней;
- ж) решении работодателя.

3.1.5. Целевой инструктаж проводится непосредственным руководителем работ в следующих случаях:

- а) перед проведением работ, выполнение которых допускается только под непрерывным контролем работодателя, работ повышенной опасности;
- б) в иных случаях, установленных работодателем.

3.1.6. Работник, не прошедший своевременно инструктажи, обучение и проверку знаний требований охраны труда, к самостоятельной работе не допускается.

3.1.7. Работнику запрещается пользоваться инвентарем, приспособлениями и оборудованием, безопасному обращению с которым он не обучен.

3.1.8. Для предупреждения возможности возникновения пожара работник должен соблюдать требования пожарной безопасности сам и не допускать нарушения этих требований другими работниками.

3.1.9. Работник, допустивший нарушение или невыполнение требований инструкции по охране труда, рассматривается как нарушитель производственной дисциплины и может быть привлечен к дисциплинарной ответственности, а в зависимости от последствий – и к уголовной; если нарушение связано с причинением материального ущерба, то виновный может привлекаться к материальной ответственности в установленном порядке.

3.2. Соблюдение Правил внутреннего распорядка

3.2.1. Работник обязан соблюдать действующие в СурГУ правила внутреннего трудового распорядка и графики работы, которыми предусматриваются: время начала и окончания работы, перерывы для отдыха и питания, порядок

предоставления дней отдыха, чередование смен и другие вопросы использования рабочего времени.

3.3. Требования по выполнению режимов труда и отдыха при проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания

3.3.1. При проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания работник обязан соблюдать режимы труда и отдыха.

3.3.2. 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.

3.3.3. Время начала и окончания занятий, время и место для отдыха и питания, устанавливаются распоряжениями руководителей подразделений.

3.3.4. Каждый работник должен выходить на работу своевременно, отдохнувшим, подготовленным к работе.

3.4.2. Перечень опасных и вредных производственных факторов, которые могут воздействовать на работника в процессе работы, а также перечень профессиональных рисков и опасностей

3.4.1. При проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания возможно воздействие на обучающихся и сотрудников следующих опасных факторов:

- травмы при проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания, вследствие падений;
- травмы при нарушении правил использования инвентаря, а также при нарушениях установленных режимов занятий и отдыха;
- горячая вода в душевых, пониженные значения температуры воды и воздуха;
- химические (повышенная концентрация различных химических веществ в воде и в воздухе).

3.4.2. В качестве опасностей, в соответствии с перечнем профессиональных рисков и опасностей СурГУ, представляющих угрозу жизни и здоровью работников, при проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания могут возникнуть следующие риски:

- опасность падения из-за потери равновесия, в том числе при спотыкании, при передвижении по скользким поверхностям;
- опасность внезапного появления спазма мышц верхних или нижних конечностей.

3.5. Перечень специальной одежды, специальных средств, выдаваемых работникам в соответствии с установленными правилами и нормами.

3.5.1. Выдаваемые специальные средства для проведения занятий должны соответствовать характеру и условиям работы, обеспечивать безопасность труда,

3.5.2. Личную одежду и спецодежду необходимо хранить отдельно в шкафчиках и гардеробной.

3.5.3. Преподавателям на занятиях по Плаванию с методикой преподавания необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

3.6. Порядок уведомления администрации о случаях травмирования работника и неисправности оборудования

3.6.1. При возникновении несчастного случая, микротравмы пострадавший должен постараться привлечь внимание кого-либо из работников к произошедшему событию, при возможности, сообщить о произошедшем непосредственному (вышестоящему) руководителю (для сообщения используют телефон (76-28-38), любым доступным для этого способом обратиться в здравпункт, при необходимости вызвать бригаду скорой помощи. Руководитель должен сообщить в СППиОТ по тел.76-28-00 (доб.1347).

3.6.2. Работник должен немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, микротравме происшедших на производстве, или об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания.

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

3.7.1. Для сохранения здоровья работник должен соблюдать личную гигиену. Необходимо проходить в установленные сроки медицинские осмотры и обследования.

3.7.2. Перед приемом пищи обязательно мыть руки теплой водой с мылом.

3.7.3. Для питья употреблять воду из диспенсеров, чайников.

3.7.4. Курить и принимать пищу разрешается только в специально отведенных для этой цели местах.

4. Требования охраны труда перед началом работы

4.1. Порядок подготовки рабочего места

4.1.1. Проверить исправность всего инвентаря:

- осмотреть помещение бассейна и вспомогательные помещения (раздевалки, душевые, туалеты); убрать лишние и мешающие предметы, обратив внимание на достаточность освещения, исправность и работоспособность сантехнического оборудования, сушилок (фенов), соответствие температуры воды и воздуха санитарно-гигиеническим требованиям.

- обо всех неисправностях инвентаря, нарушениях санитарно-гигиенических требований Работник обязан немедленно проинформировать непосредственного руководителя, администратора, оформить своевременно заявку инженеру (администратору).

4.1.2. Провести инструктаж по охране труда с обучающимся по безопасным приемам проведения занятий по Плаванию с методикой преподавания в начале учебного года с регистрацией в журнале регистрации инструктажей по охране труда с обучающимися.

4.1.3. У вновь прибывших обучающихся, проверить наличие медицинской справки о группе здоровья и об отсутствии противопоказаний по состоянию здоровья, необходимой спортивной одежды и обуви для занятий в бассейне.

4.1.4. Не допускать до занятий обучающихся, одежда и (или) обувь которых не соответствуют требованиям безопасности при проведении конкретного вида физкультурно-спортивной деятельности, а также обучающихся, имеющих медицинские противопоказания.

4.1.5. Проверить наличие в легкодоступном месте и наполняемость аптечки для оказания доврачебной помощи.

4.1.6. Проверить наличие у занимающихся необходимой спортивной формы и правильность проведения ими гигиенических процедур.

4.1.7. Обеспечить организованный выход занимающихся из душевой в помещение бассейна.

4.1.8. Очередную группу занимающихся разрешается допускать в бассейн только после выхода из бассейна предыдущей группы.

4.2. Порядок проверки инвентаря

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

4.3. Порядок проверки исправности оборудования и инвентаря. Готовность работника к проведению занятий

4.3.1. Перед началом работы необходимо:

- работнику надеть спортивную одежду и спортивную обувь, на нескользкой подошве;
- определить свое психофизиологическое состояние, при недомогании следует известить об этом своего руководителя и обратиться за медицинской помощью в здравпункт;
- отрегулировать освещение в месте проведения учебных занятий;
- проверить средства для осуществления спасения (шесты с петлями, круги спасательные и т.п.);
- при обнаружении неисправности спортивного оборудования, инвентаря и др. своевременно сообщить непосредственному руководителю, в администрацию СурГУ с оформлением заявки на устранение нарушений. Приступать к занятиям после устранения неисправности.

5. Требования охраны труда во время работы

5.1. Способы и приемы безопасного выполнения работ, использования оборудования и специального инвентаря

5.1.1. Начинать выполнение упражнений и заканчивать их только по команде (сигналу) инструктора (преподавателя).

5.1.2. Не выполнять упражнения в воде без предварительного проведения вводно-подготовительной части (комплекс общеразвивающих и специальных упражнений).

5.1.3. Соблюдать дисциплину, строго выполнять правила использования инвентаря для плавания, учитывая их конструктивные особенности.

5.1.4. Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) инструктора (преподавателя), самовольно не предпринимать никаких действий.

5.1.5. Соблюдать установленные режимы занятий и отдыха, рекомендации врача по дозировке физической нагрузки для обучающихся.

5.2. Требования безопасного использования спортивного инвентаря

5.2.1. Работник должен соблюдать правила эксплуатации спортивного оборудования и инвентаря.

5.2.2. Во время работы запрещается:

- использовать спортивное оборудование и инвентарь в качестве подставок под предметы;

- допускать скопление неиспользуемого спортивного оборудования и инвентаря;

- производить самостоятельно ремонт спортивного оборудования и инвентаря.

5.2.3. Своевременно подавать заявку ответственному лицу о необходимости списания неисправного спортивного оборудования и инвентаря.

5.3. Указания по безопасному содержанию рабочего места

5.3.1. Работник должен поддерживать чистоту и порядок при проведении занятий.

5.4. Действия, направленные на предотвращение аварийных ситуаций

5.4.1. При ухудшении состояния здоровья, в том числе при проявлении признаков острого профессионального заболевания, работник обязан немедленно известить своего непосредственного или вышестоящего руководителя, обратиться в ближайший здравпункт.

5.4.2. Работник обязан:

- при получении занимающимся травмы в бассейне или во вспомогательных помещениях Работник обязан немедленно вызвать медицинскую сестру бассейна;

- не допускать скопления занимающихся на одной дорожке в количестве, превышающем 10 человек;

- обеспечить контроль температурного режима:

Вид бассейна (назначение)	Температура воды
Спортивный	24 - 28
Оздоровительный	26 - 29
Учебные для детей старше 7 лет	29 - 30

- в случае возникновения угрозы жизни и (или) здоровью занимающегося (при остановке дыхания, захлебывании, потере сознания, возникновении судорог) вытащить его из воды и немедленно приступить к оказанию первой помощи;

- контролировать соблюдение занимающимися требований техники безопасности.

5.4.3. Работнику запрещено:

- допускать деятельность занимающихся, не предусмотренную программой;

- отвлекаться на какую-либо деятельность, не связанную непосредственно с проведением занятий;

- оставлять занимающихся без присмотра.

5.5. Требования, предъявляемые к правильному использованию спортивного инвентаря

5.5.1. Работник обязан:

- использовать по назначению спортивный инвентарь;
- соблюдать правила эксплуатации спортивного инвентаря;
- проводить перед началом работы осмотр спортивного инвентаря.

6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях

6.1. Перечень основных возможных аварий и аварийных ситуаций и причины, их вызывающие.

6.1.1. При проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания возможно возникновение следующих аварийных ситуаций:

- повреждения и дефекты оборудования на ванне бассейна;
- отключение эклектического оборудования.

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

6.2.1. В случае обнаружения какой-либо неисправности, нарушающей нормальный режим работы, ее необходимо остановить. Обо всех замеченных недостатках непосредственного руководителя (заведующего кафедрой, директора) поставить в известность по номеру телефона (76-28-38).

6.2.2. При несчастном случае необходимо освободить пострадавшего от травмирующего фактора, соблюдая собственную безопасность, оказать ему первую помощь, при необходимости вызвать бригаду скорой помощи по телефону 103, сообщить о происшествии руководству, в СППиОТ и по возможности сохранить без изменений обстановку на рабочем месте, если это не приведет к аварии и/или травмированию других людей.

6.3. Действия работников при возникновении аварий и аварийных ситуаций

6.3.1. При возникновении неисправности инвентаря или его поломке прекратить занятия. Занятия продолжать только после устранения неисправности инвентаря.

6.3.2. При получении травмы немедленно сообщить об этом непосредственному руководителю (заведующему кафедрой, директору), оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости вызвать бригаду скорой помощи по телефону 103 или отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

6.3.3. При возникновении пожара немедленно эвакуировать обучающихся и работников из плавательного бассейна, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть по телефону 101 и приступить к тушению пожара с помощью первичных средств пожаротушения.

6.4. Действия по оказанию первой помощи пострадавшим при травмировании

6.4.1. При несчастном случае, микротравме необходимо оказать пострадавшему первую помощь, при необходимости вызвать скорую медицинскую помощь, сообщить своему непосредственному руководителю и сохранить без изменений обстановку на рабочем месте до расследования, если она не создаст угрозу для работающих и не приведет к аварии.

6.4.2. Оказывая помощь пострадавшему при переломах костей, ушибах, растяжениях, надо обеспечить неподвижность поврежденной части тела с

помощью наложения тугой повязки (шины), приложить холод. При открытых переломах необходимо сначала наложить повязку и только затем - шину.

6.4.3. При наличии ран необходимо наложить повязку, при артериальном кровотечении - наложить жгут.

6.4.4. Пострадавшему при травмировании должна быть оказана первая помощь и, при необходимости, организована его доставка в учреждение здравоохранения.

7. Требования охраны труда по окончании работы

7.1. Порядок окончания занятия

7.1.1. Окончание занятия должно сопровождаться проверкой исправности спортивного инвентаря (доски плавательные, колобашки, ласты). Необходимо установить инвентарь на стеллажи для их проветривания и сушки.

7.1.2. Снять спортивную одежду, спортивную обувь и принять душ.

7.2. Требования соблюдения личной гигиены

7.5.1. Работники должны:

- принять душ;
- надеть личную одежду.

РАЗРАБОТАЛА:  доцент, к.п.н кафедры ТФК Родионова М.А.

СОГЛАСОВАНО:  Директор института гуманитарного образования и спорта Родионов В.А.

СОГЛАСОВАНО:  И.о. руководителя СППи ОТ Скрипкина З.Т.

ПРОГРАММА И БИЛЕТЫ

для проведения инструктажа по охране труда и проверки знаний требований охраны труда при проведении занятий по Плаванию с методикой преподавания кафедры ТФК (для преподавателей)

ИОТВ-085-2024

1. Условия допуска к самостоятельной работе
2. Виды инструктажей и порядок их проведения
3. Опасные и (или) вредные производственные факторы на занятиях по Плаванию с методикой преподавания
4. Требования охраны труда перед началом занятий
5. Требования охраны труда во время занятий
6. Требования охраны труда в аварийных ситуациях
7. Требования охраны труда по окончании занятий
8. Оказание первой помощи пострадавшему

БИЛЕТ № 1

1. Условия допуска к самостоятельной работе
2. Вводный инструктаж по охране труда
3. Требования охраны труда перед началом занятий
4. Правила оказания первой помощи при травмах

БИЛЕТ № 2

1. Опасные и вредные производственные факторы на занятиях по Плаванию с методикой преподавания
2. Первичный инструктаж по охране труда
3. Действия работников и обучающихся в чрезвычайной ситуации
4. Правила оказания первой помощи при переломах

БИЛЕТ № 3

1. Правила ношения спортивной одежды и обуви, личной гигиены
2. Повторный инструктаж по охране труда
3. Требования пожарной безопасности
4. Правила оказания первой помощи при порезах

БИЛЕТ №4

1. Правила использования спортивного инвентаря
2. Внеплановый инструктаж по охране труда
3. Правила оказания первой помощи при потере сознания

БИЛЕТ №5

1. Ответственность работника и обучающегося за нарушения правил и требований охраны труда
2. Целевой инструктаж по охране труда
3. Требования охраны труда во время занятий
4. Правила оказания первой помощи при ушибах

БИЛЕТ №6

1. Требования охраны труда по окончании занятий
2. Первоочередные меры, принимаемые при возникновении несчастного случая
3. Оказание первой помощи пострадавшему