

Міністерство охорони здоров'я України  
Міністерство освіти і науки України  
Кам'янець-Подільський медичний фаховий коледж

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

наказ директора Кам'янець-Подільського  
медичного фахового коледжу  
від 16 жовтня 2024 року № 165

Віктор КЛИМ



## **Інструкція з охорони праці № 17-ОП для керівника фізичного виховання**

Кам'янець-Подільський  
2024 рік



## Інструкція з охорони праці № 17-ОП для керівника фізичного виховання

### 1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

1.1. Охорона праці викладача фізичної культури, як педагогічного працівника заснована на чинному законодавстві (Закон України «Про охорону праці», Закон України «Про освіту», Закон України «Про обов'язкове державне соціальне страхування, Закон України «Про пожежну безпеку», «Кодексі законів про працю» та нормативно-правових актів з питань охорони праці, пожежної безпеки, техніки безпеки та безпеки життєдіяльності.

1.2. Викладач фізичної культури (далі - викладач) зобов'язаний виконувати всі вимоги «Державних санітарних правил і норм влаштування, утримання загальноосвітніх навчальних закладів та організації навчально-виховного процесу» ДСанПін 5.5.2.008-01, затверджених постановою Головного санітарного лікаря України від 14.08.2001 р. № 63 і погоджених Міністерством освіти і науки України від 05.06.2001 р. та «Правил безпеки під час проведення занять з фізичної культури і спорту в загальноосвітніх навчальних закладів», введених в дію Міністерством освіти і науки України з 01.12.1998 р. і нести безпосередню відповідальність за безпечний стан спортивного снарядів та спортивного обладнання, інвентарю тощо.

1.3. Викладач в процесі проведення освітнього процесу:

Не має права використовувати спортивні снаряди та спортивне обладнання, які не передбачені типовими переліками (саморобні спортивні снаряди і обладнання та спортивні снаряди і обладнання, що не сертифіковане;

#### **Зобов'язаний:**

- нести відповідальність за безпечне проведення освітнього процесу та проводити:

- вступний інструктаж з безпеки життєдіяльності проводиться один раз при зарахуванні здобувача освіти до закладу за програмою вступного інструктажу;

- первинний інструктаж проводиться три рази на рік (на початку навчального року, перед зимовими канікулами та перед літніми канікулами) за програмою первинного інструктажу;

- за необхідності проводити цільові інструктажі з безпеки життєдіяльності за окремими інструкціями.

- нести особисту відповідальність за збереження життя і здоров'я здобувачів освіти на заняттях та заходах з фізичної культури і спорту, що організовані за наказами директора коледжу;

- повідомляти директора коледжу або його заступника з навчально-виховної роботи про кожний нещасний випадок, організувати надання першої медичної (долікарської) допомоги потерпілому, а в разі необхідності - спеціалізованої медичної допомоги;

- організувати евакуацію здобувачів освіти з приміщення в разі пожежі та інших аварійних ситуацій.



1.4. При оформленні на роботу викладач проходить первинний медичний профілактичний, а в подальшому 1 раз на рік повторні огляди, з відміткою в санітарній книжці та посвідченні з електробезпеки про допуск до роботи.

1.5. Після підписання наказу про зарахування на роботу викладач зобов'язаний ознайомитись з вступним інструктажем та первинним інструктажем з охорони праці та безпеки життєдіяльності на робочому місці, в подальшому 1 раз на пів року проходити навчання у вигляді повторних інструктажів.

#### **1.6. Викладач:**

- запобігає спробам використання спортивної зали (спортивного майданчику) та спортивних снарядів і обладнання та інвентарю не за призначенням;

- дозволяє експлуатацію спортивної зали (спортивного майданчику), спортивних снарядів і обладнання та спортивного інвентарю тільки при наявності затвердженого директором закладу щорічного «Акту-дозволу на проведення занять в спортивній залі (спортивному майданчику)» та «Актив іспитів спортивних снарядів, обладнання та інвентарю», оформленого комісією за наказом по коледжу;

- оформляє в роздягальнях (дівочій та хлопчиковій) куточки по охороні праці та безпеки життєдіяльності де розміщує нормативні матеріали, повідомлення, інструкції з охорони праці та безпеки життєдіяльності та плакати безпечних прийомів праці та навчання;

- забезпечує додержання студентами вимог безпеки та гігієни в спортивній залі (спортивному майданчику);

- організовує зберігання та безпечну експлуатацію спортивних снарядів, обладнання та інвентарю, підготовку його до занять, спортивних заходів, змагань тощо.

## **2. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПЕРЕД ПОЧАТКОМ РОБОТИ**

2.1. Викладач перед початком занять в спортивній залі (спортивному майданчику) повинен впевнитись у:

- безпечності місця проведення занять;

- справності спортивних снарядів, обладнанні та інвентарю, що буде застосовано на заняттях;

- надійності установалення і закріплення спортивних снарядів, обладнання та інвентарю;

- недоступності спортивних снарядів, обладнанні та інвентарю, що не використовується на заняттях.

- проведенні попередньої переклички студентів і наявності допуску до занять здобувачів освіти.

#### **Необхідно перевірити, щоб студенти:**

- за медичними показниками не мають протипоказань для занять фізичною культурою і спортом;

- одягнені і взуті в спеціальний спортивний одяг і взуття;



- пройшли інструктажі з безпеки із оформленням їх в журналі інструктажів з особистими розписами;

- ознайомлені із визначенням порядку і правилами проведення спортивних вправ.

Основні методи випробування гімнастичних снарядів приведені в ІАОП 9.2.30-1.08-01 "Правила безпеки під час проведення занять з фізичної культури і спорту." Вимоги до спортивних снарядів спортивного обладнання та спортивного інвентарю, а також окремих видів спорту регламентуються правилами проведення змагань, що затверджені національними федераціями цих видів спорту.

Використання та експлуатація будь якого спортивних снарядів, спортивного обладнання та спортивного інвентарю без супроводжуючої документації заводів-виробників заборонено.

### **3. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПІД ЧАС РОБОТИ**

3.1. Вимоги безпеки під час занять в спортивних залах.

3.1.1. Виконання вправ чи занять студенти починають по команді викладача.

3.1.2. Заборонено виконання здобувачами освіти спортивних вправи із застосуванням спортивного обладнання без попередньо покладених спортивних матів в місцях приземлення після виконання вправи.

3.1.3. Виконання студентами спортивних вправ на спортивному обладнанні дозволяється після протирання їх сухою чистою тканиною.

3.1.4. При виконанні студентами спортивних вправ викладач або один зі здобувачів освіти підстраховує того, хто виконує спортивну вправу.

3.1.5. Студентам заборонено кидати м'яча на зустріч один одному. При виконанні здобувачами освіти спортивних вправ з м'ячем, їм дозволяється одночасно використовуватися один м'яч.

3.1.6. Заборонено виконувати здобувачам освіти спортивні вправи на спортивних снарядах та демонстраційні спортивні вправи, що не передбачені навчальним планом.

3.1.7. Перед виконанням здобувачами освіти спортивних вправ викладач повинен переконатися у відсутності близько стоячих до спортивного обладнання здобувачів освіти

3.1.8. Студентам не дозволяється залишати заняття (тренування чи змагань) без дозволу викладача.

3.2 Додаткові вимоги безпеки під час занять на спортивних майданчиках

3.2.1. При проведенні змагань з бігу, при груповому старті на короткі дистанції здобувачам освіти дозволяється бігти тільки по своїй доріжці. Доріжка повинна виходити не менше 15 м за фінішну риску. Не дозволяються різкі зупинки під час бігу.

3.2.2 Заборонено здобувачам освіти пригати на не розрівняному, не рихлому та слизькому ґрунті.

3.2.3. Перед виконанням вправ з кидання спортивних снарядів викладач повинен впевнитись у відсутності сторонніх людей у секторі для падіння спортивного



снаряду Не виконувати кидання студентами без команди викладача. Заборонено залишати снаряди для кидання без нагляду.

3.2.4. Заборонено здобувачам освіти знаходитися в зоні спортивного майданчика без взуття (босоніж).

#### **4. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ ПІСЛЯ ЗАКІНЧЕННЯ РОБОТИ**

4.1. Викладач забезпечує вихід здобувачів освіти із спортивної зали (спортивного майданчика) спокійно без поспіху і тільки по команді.

4.2. Викладач слідкує за тим, щоб здобувачі освіти після занять фізичною культурою пройшли гігієнічні процедури.

4.3. Викладач слідкує за тим, щоб здобувачі освіти після гігієнічних процедур зняли спортивний одяг та спортивне взуття і переодяглися.

4.4. Про всі недоліки, які викладач помітив під час проведення занять фізичною культурою обов'язково повідомляє директора закладу або його заступника з навчальної роботи.

#### **5. ВИМОГИ БЕЗПЕКИ В АВАРІЙНИХ СИТУАЦІЯХ**

5.1. При поганому самопочутті, нежиті чи раптовому захворюванні здобувача освіти, отримання ним травми, викладач (надає здобувачу освіти першу медичну (долікарську) допомогу і забезпечує його супровід (транспортування) до медичного пункту. Після закінчення заняття викладач повідомляє директора закладу або його заступника з навчальної роботи про всі неординарні випадки

5.2. В разі виникнення аварійних ситуацій (пожежа, руйнування спортивного обладнання чи будівельних конструкцій) викладач організовує швидко без паніки евакуацію зі спортивної зали (спортивного майданчика).

5.3. При різкій зміні погодних умов викладач припиняє заняття на спортивному майданчику.

Найважливіші прийоми надання першої допомоги:

##### **1. Непритомність.**

Непритомного покласти так, щоб кров приликала до голови. Забезпечити доступ свіжого повітря і підтримувати діяльність серця, розстебнути всі тісні частини одягу, викликати дихання, подразнюючи шкіру сухим розтиранням хусточкою або голою рукою. Покласти гарячий компрес на голову і дати вдихнути міцного нашатирного спирту. У важких випадках робити штучне дихання й викликати лікаря.

##### **2. Кровотечі.**

Ретельно очистити рану й шкіру навкруги неї, обливаючи 3-х процентним розчином перекису водню, обережно видалити з рани осколки, покриваючи краї рани йодом, накласти бинтову пов'язку. Якщо пошкоджено артеріальні судини, туго перетягнути кінцівку вище від поранення гумовою трубкою або хусткою, накласти на рану пов'язку і потерпілого направити до лікарні.

При пошкодженні ока накласти суху пов'язку і транспортувати хворого до лікарні. При кровотечі з носа розстебнути комір, на перенісся покласти



холодний компрес, а до ніг - грілку. Якщо кровотеча не припиняється - направити хворого до лікарні.

3. Опіки.

Обробити обпечене місце розчином марганцевокислого калію тим більшої концентрації, чим сильніший опік. Можна змазати олеїною кислотою.

4. Ураження електричним струмом

Основними умовами успіху при наданні першої допомоги потерпілому від електричного струму та при інших нещасних випадках є швидкість дій, винахідливість і вміння того, хто надає допомогу.

Врятування потерпілого від електричного струму залежить від швидкості звільнення його від струму. Зволікання й тривала підготовка можуть привести до загибелі потерпілого.

З інструкцією ознайомлений(на)



**УЗГОДЖЕНО:**

Інженер з охорони праці  
Голова первинної профспілкової  
організації КПМФК



  
Тетяна МАЗУР

  
Ігор КРИВОРУЧКО