КГКП «Костанайский колледж сферы обслуживания»
Управления образования акимата Костанайской области

СОГЛАСОВАНО
Председатель первичной профсоюзной организации КГКП «Костанайский колледж сферы обслуживания»
Управления образования акимата Костанайской области
_____ Бимаганбетов Е.А.
«01» 09 2026 г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор
КГКП «Костанайский колледж сферы обслуживания»
Управления образования акимата Костанайской области
_____ Жанарсатова Д.Б.
«01» 09 2026 г.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА И ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

1. Общие требования безопасности

1.1. Преподаватель физкультуры обязан соблюдать требования охраны труда, техники безопасности, пожарной безопасности, санитарно-гигиенические нормы и правила, а также правила эксплуатации спортивного оборудования.
1.2. К работе допускается педагог, прошедший инструктаж по охране труда, медосмотр и инструктаж по пожарной безопасности.
1.3. Преподаватель обязан следить за своим самочувствием, не приступать к работе при недомогании, утомлении, заболеваниях.
1.4. Ответственность за безопасность студентов во время занятий физической культурой несет преподаватель.
1.5. В случае травмы, аварийной ситуации или появления признаков опасности необходимо немедленно прекратить занятие, оказать первую помощь, известить администрацию и при необходимости вызвать медицинскую помощь.

2. Требования безопасности перед началом работы

2.1. Не приступать к работе при наличии признаков недомогания (головокружения, боли, слабости, повышенного давления и др.). В случае сомнений - немедленно сообщить администрации и отказаться от проведения занятия.
2.2. Оценить состояние спортивного помещения или площадки. Контролировать чистоту, сухость и отсутствие посторонних предметов на полу, проверять исправность покрытия, освещения и вентиляции.
2.3. Проверить исправность оборудования и инвентаря, убедиться в целостности и устойчивости снарядов, отсутствии острых углов, зазубрин и других повреждений. Не использовать неисправное оборудование - зафиксировать проблему и сообщить заведующему хозяйством или администрации.
2.4. Проконтролировать готовность учащихся, убедиться, что все студенты одеты в соответствующую спортивную форму и обувь, убраны украшения и длинные волосы. Запретить участие студентов с признаками недомогания или без медицинского допуска.

2.5. Кратко напомнить правила безопасного поведения, особенности предстоящих упражнений и запреты (например, толкаться, бегать без команды, использовать оборудование без разрешения).
2.6. Перед началом основного блока занятий провести полноценную разминку, постепенно повышая нагрузку. Это снизит риск травм как у студентов, так и у самого педагога.
2.7. Убедиться, что вблизи имеется доступ к аптечке первой помощи, а также средства связи (мобильный телефон или внутренний номер школы) для экстренного вызова помощи.

3. Требования безопасности во время работы

3.1. Контролировать дисциплину и поведение обучающихся на протяжении всего занятия. Не допускать шалостей, самовольного использования инвентаря, выполнения упражнений без команды.
3.2. Следить за состоянием собственного здоровья, при появлении утомления, боли в спине, головокружения или других признаков недомогания - прекратить активную нагрузку, передать контроль за группой коллеге или сообщить администрации.
3.3. Демонстрировать упражнения только при уверенности в безопасности. Использовать устойчивую обувь и тщательно подбирать место для показа. Избегать резких движений и упражнений, способных привести к перегрузке.
3.4. Регулировать физическую нагрузку студентов, учитывать возраст, подготовленность и состояние здоровья обучающихся. Чередовать интенсивность упражнений, давать студентам отдых и воду при необходимости.
3.5. Контролировать использование спортивного оборудования. Не допускать работы с неисправными снарядами. Запрещать студентам поднимать тяжелые предметы без надзора и страховки.
3.6. Поддерживать порядок в зале (на площадке). Своевременно убирать или отставлять в сторону неиспользуемый инвентарь, чтобы исключить риск спотыкания и падений.
3.7. Следить за самочувствием студентов, при первых признаках переутомления, боли или недомогания - временно освободить от упражнений, при необходимости - оказать первую помощь и вызвать медработника.
3.8. Не проводить занятия при неблагоприятных условиях: при сильной жаре, морозе, грозе или скользком покрытии на уличной площадке занятия должны быть перенесены в помещение.
3.9. Страховать студентов при выполнении потенциально опасных упражнений, особенно на гимнастических снарядах, при прыжках, лазании по канату и других элементах, требующих повышенной координации.
3.10. Избегать избыточного голосового напряжения, для сохранения здоровья голосовых связок использовать четкие команды, заранее установленные сигналы или свистки. Избегать крика, особенно в закрытом помещении.
3.11. Ограничивать использование свистка и резких звуков при наличии студентов с повышенной чувствительностью. Это важно, как для психологической безопасности студентов, так и для акустического комфорта самого педагога.

3.12. Наблюдать за микроклиматом помещения, не проводить интенсивные занятия при плохой вентиляции, духоте или слишком высокой влажности. При необходимости проветрить зал между занятиями.
3.13. Соблюдать санитарные нормы: мыть руки после физической нагрузки, особенно при занятиях на улице или с мячами и другим инвентарем, используемым всеми студентами.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При травмировании студента (ушиб, вывих, порез, растяжение и т. п.) немедленно прекратить занятие, оказать первую помощь в пределах своей компетенции. При необходимости вызвать медицинского работника или скорую помощь.
4.2. При получении травмы самим педагогом прекратить активную деятельность, передать контроль за студентами другому сотруднику (если возможно), обратиться за медицинской помощью.
4.3. В случае внезапного ухудшения состояния здоровья у студента (обморок, приступ, тошнота, затрудненное дыхание) обеспечить приток свежего воздуха, уложить пострадавшего, освободить от стесняющей одежды, вызвать медицинскую помощь.
4.4 При возгорании или задымлении в спортивном зале, раздевалке или ином помещении немедленно организовать эвакуацию обучающихся по плану эвакуации, вызвать пожарную службу, сообщить администрации.
4.5. При обнаружении неисправности оборудования (сломанный снаряд, отслоившееся покрытие пола, нестабильный баскетбольный щит и т. п.) немедленно прекратить его использование, обозначить зону как опасную и доложить администрации или ответственному за техническое обслуживание.
4.6. При нарушении порядка или возникновении конфликта между студентами немедленно вмешаться, прекратить физическую активность группы, развести участников конфликта, обеспечить безопасность всех присутствующих. При необходимости обратиться к администрации или вызвать помощь.
4.7. При подозрении на появление в колледже посторонних лиц или угрозу безопасности обеспечить нахождение студентов в безопасной зоне, прекратить занятия и немедленно сообщить в администрацию или охране.

5. Требования безопасности по окончании работы

5.1. Проконтролировать, чтобы студенты покинули спортивный зал (площадку) в организованном порядке, не оставляя личных вещей, спортивного инвентаря и не создавая давки в дверных проемах и раздевалках.
5.2. Проверить исправность и комплектность спортивного инвентаря. Поврежденный или подозрительный на предмет неисправности инвентарь изъять из использования и доложить об этом администрации или ответственному за оборудование.
5.3. Убрать все оборудование, использовавшееся на занятии, в специально отведенные места, чтобы исключить риск травм при случайном контакте с ним.
5.4. Проветрить помещение спортивного зала (при наличии окон/фрамуг) для улучшения санитарно-гигиенических условий.

5.5. Убедиться, что в помещении отсутствуют посторонние лица, в том числе обучающиеся, и закрыть зал (площадку), при необходимости сдать ключи в установленное место.
5.6. При проведении занятий на открытой спортивной площадке осмотреть территорию на предмет оставленного инвентаря или мусора, обеспечить его уборку.
5.7. При необходимости принять гигиенические процедуры (умыться, переодеться), переобуться в обычную обувь, снять спортивную форму и при необходимости сдать ее в стирку или хранение.
5.8. Зафиксировать все происшествия, травмы или нестандартные ситуации, имевшие место во время занятий, в установленной форме (журнал учета травматизма, рапорт и т. п.).

6. Ответственность

6.1. Преподаватель физической культуры несет ответственность за нарушение требований данной инструкции в соответствии с законодательством РК.
6.2. За невыполнение или ненадлежащее выполнение обязанностей по охране труда преподаватель физической культуры может быть привлечен к дисциплинарной, административной или уголовной ответственности в зависимости от тяжести последствий.
6.3. Преподаватель физической культуры обязан соблюдать конфиденциальность информации, касающейся работы оборудования и деятельности колледжа, и не разглашать ее третьим лицам.