

СМК	ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении практических занятий по видам спорта для персонала и обучающихся кафедры физической культуры ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России	ИОТ-СМК-32-2022
		страница 1 из 9

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«Кемеровский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России)

СОГЛАСОВАНО
Председатель первичной профсоюзной
организации ПРЗ РФ ФГБОУ ВО КемГМУ
_____ А.И. Солобуев
«24» февраля 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ
Ректор ФГБОУ ВО КемГМУ
Минздрава России
_____ Т.В. Попонникова
«24» февраля 2022 г.



ИНСТРУКЦИЯ

по охране труда при проведении практических занятий по видам спорта
для персонала и обучающихся кафедры физической культуры
ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России

ИОТ-СМК-32-2022

Дата введения в действие: 24.02.2022, Протокол Ученого совета № 6

СМК	ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении практических занятий по видам спорта для персонала и обучающихся кафедры физической культуры ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России	ИОТ-СМК-32-2022
		страница 2 из 9

СОДЕРЖАНИЕ

1. Назначение и область применения	3
2. Нормативное обеспечение.....	3
3. Определения и сокращения.....	3
4. Общие требования охраны труда.....	3
5. Требования охраны труда при проведении занятий по гимнастике.....	4
6. Требования охраны труда при проведении занятий по лыжному спорту.....	4
7. Требования охраны труда при проведении занятий по лёгкой атлетике.....	5
8. Требования охраны труда при проведении занятий в тренажёрном зале.....	5
9. Требования охраны труда при проведении спортивных игр.....	6
10. Требования охраны труда в аварийных ситуациях	6
11. Требования охраны труда по окончании занятий.....	7
ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТ	8
ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ	9

СМК	ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении практических занятий по видам спорта для персонала и обучающихся кафедры физической культуры ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России	ИОТ-СМК-32-2022
		страница 3 из 9

1. НАЗНАЧЕНИЕ И ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ

Инструкция по безопасности при проведении практических занятий по видам спорта федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Кемеровский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации (далее по тексту - Университет) устанавливает государственные нормативные требования охраны труда, направленные на обеспечение здоровых, безопасных условий труда работников при выполнении должностных обязанностей.

2. НОРМАТИВНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

2.1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

2.2. Санитарные правила СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи", утв. постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 года N 28;

2.3. Национальный стандарт Российской Федерации. Объекты спорта. Требования безопасности на спортивных сооружениях образовательных организаций. ГОСТ Р 56199-2014.

3. ОПРЕДЕЛЕНИЯ И СОКРАЩЕНИЯ

В настоящей Инструкции используются следующие сокращения:

3.1. **СМК** – система менеджмента качества;

3.2. **УЛАМКО** – управление лицензирования, аккредитации и менеджмента качества образования;

3.3. **ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России** - федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Кемеровский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации.

4. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

4.1. Спортивные залы кафедры физической культуры предназначены для проведения занятий с обучающимися.

4.2. Ответственность за общее состояние охраны труда возлагается на заведующего кафедрой.

4.3. Во время проведения учебных занятий контроль за правилами соблюдения требований безопасности обучающимися возлагается на преподавателя, проводившего занятие.

4.4. Заведующий кафедрой обязан следить за выполнением требований охраны труда сотрудниками кафедры и проводить инструктаж с сотрудниками кафедры под роспись с регистрацией в журнале.

4.5. Преподаватели, лаборанты и учебные мастера обязаны соблюдать требования охраны труда.

4.6. Преподаватель, ведущий занятие, в начале семестра должен провести со студентами инструктаж по охране труда и требованиям безопасности при занятиях в спортивном зале с регистрацией в журнале.

СМК	ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении практических занятий по видам спорта для персонала и обучающихся кафедры физической культуры ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России	ИОТ-СМК-32-2022
		страница 4 из 9

4.7. Заведующий кафедрой, преподаватели, учебные мастера и лаборанты обязаны следить за техническим состоянием и исправностью учебного оборудования и спортивного инвентаря. При обнаружении неисправности организовать ремонт оборудования и инвентаря силами специализированных организаций.

5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО ГИМНАСТИКЕ

- 5.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- 5.2. Проверить надёжность крепления спортивных снарядов, в местах соскоков со снарядов, положить гимнастические маты, так чтобы их поверхность была ровной.
- 5.3. Запрещается выполнять упражнения на снарядах без преподавателя, а также без страховки.
- 5.4. Запрещается выполнять упражнения на снарядах, имея при этом влажные ладони.
- 5.5. Запрещается стоять близко к спортивному снаряду во время выполнения упражнений другими обучающимися.
- 5.6. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.
- 5.7. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю.
- 5.8. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить администрации учреждения, при необходимости отправить в лечебное заведение.
- 5.9. При возгорании в спортзале немедленно прекратить занятия, эвакуировать всех из спортзала, сообщить о пожаре в пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания подручными средствами.
- 5.10. Убрать на место хранения спортивный инвентарь.
- 5.11. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
- 5.12. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

6. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЫЖНОМУ СПОРТУ

- 6.1. Надеть лёгкую, тёплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки, перчатки или варежки.
- 6.2. Проверить исправность лыжного инвентаря и подогнать крепления лыж к обуви. Лыжные ботинки должны быть подобраны по размеру ноги.
- 6.3. Проверить подготовленность лыжни или трассы, отсутствие на месте проведения занятий опасностей, которые могут привести к травме.
- 6.4. Соблюдать интервалы движения на лыжах по дистанции 3-4 метра, при спусках с гор – не менее 30 метров.
- 6.5. При спуске с горы запрещается выставлять лыжные палки.
- 6.6. Следить друг за другом и немедленно сообщить преподавателю о первых же признаках обморожения.
- 6.7. Во избежание потертостей ног не ходить на лыжах в тесной обуви.
- 6.8. При поломке или порче лыжного снаряжения и невозможности починить его в пути – сообщить об этом преподавателю и с его разрешения возвратиться на базу.
- 6.9. При первых признаках обморожения или плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю.
- 6.10. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить непосредственному руководителю, при необходимости вызвать бригаду «скорой помощи» или направить в медицинское учреждение.

СМК	ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении практических занятий по видам спорта для персонала и обучающихся кафедры физической культуры ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России	ИОТ-СМК-32-2022
		страница 5 из 9

6.11. После окончания занятий проверить по списку наличие всех обучающихся, убрать на место хранения спортивный инвентарь, снять спортивный костюм и спортивную обувь, принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

7. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ ПО ЛЁГКОЙ АТЛЕТИКЕ

- 7.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- 7.2. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.
- 7.3. Проверить насухо спортивные снаряды для метания (диск, ядро, гранату и т.п.)
- 7.4. Провести разминку.
- 7.5. При групповом старте на коротки дистанции бежать только по своей дорожке.
- 7.6. Во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановку.
- 7.7. Запрещается выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, не приземляться на руки.
- 7.8. Запрещается производить метания без разрешения преподавателя, стоять справа от метаемого, находиться в зоне броска, ходить за снарядом без разрешения преподавателя.
- 7.9. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю.
- 7.10. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить непосредственному руководителю, при необходимости вызвать бригаду «скорой помощи» или направить в медицинское учреждение.
- 7.11. После окончания занятий убрать на место хранения спортивный инвентарь, снять спортивный костюм и спортивную обувь, принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

8. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ЗАНЯТИЙ В ТРЕНАЖЁРНОМ ЗАЛЕ

- 8.1. Тщательно проветрить тренажёрный зал.
- 8.2. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- 8.3. Проверить надёжность крепления спортивных снарядов.
- 8.4. Преподавателю провести целевой инструктаж с обучающимися по безопасным приёмам проведения занятий на тренажёрах.
- 8.5. Начинать занятия и заканчивать их можно только с разрешения преподавателя.
- 8.6. Запрещается выполнять упражнения на неисправных, непрочно закреплённых тренажёрах.
- 8.7. Соблюдать дисциплину, строго выполнять правила использования тренажёров, выполнять все команды преподавателя.
- 8.8. При возникновении неисправности спортоборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены оборудования и инвентаря.
- 8.9. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить непосредственному руководителю, при необходимости вызвать бригаду «скорой помощи» или направить в медицинское учреждение.
- 8.10. Убрать на место спортивный инвентарь и провести влажную уборку зала.
- 8.11. Тщательно проветрить спортзал.
- 8.12. Снять спортивный костюм и спортивную обувь. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

СМК	ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении практических занятий по видам спорта для персонала и обучающихся кафедры физической культуры ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России	ИОТ-СМК-32-2022
		страница 6 из 9

9. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНЫХ ИГР (футбол, волейбол, баскетбол и др.)

- 9.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- 9.2. Проверить надёжность крепления спортивных снарядов (баскетбольных щитов, футбольных ворот и др.).
- 9.3. Провести состояние площадок и отсутствие посторонних предметов на них.
- 9.4. Должна быть обеспечена защищённость светильника от удара мячом - в залах для игр с мячом.
- 9.5. Провести разминку, тщательно проветрить игровой зал.
- 9.6. Начинать игру, делать остановки и заканчивать игру можно только с разрешения преподавателя.
- 9.7. Строго выполнять правила игры.
- 9.8. Внимательно слушать все указания преподавателя.
- 9.9. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить непосредственному руководителю, при необходимости вызвать бригаду «скорой помощи» или направить в медицинское учреждение.

10. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

10.1. При возникновении неисправности спортоборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом преподавателю. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены оборудования и инвентаря.

10.2. При возгорании в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать всех из спортзала, сообщить о пожаре в пожарную часть по телефону 112 и приступить к тушению очага возгорания средствами пожаротушения.

10.3. Первая помощь при несчастных случаях

УШИБЫ. На ушибленное место накладывается холод в течение 15-20 минут. После этого ушибленное место следует туго забинтовать с целью остановки кровоизлияния. Поверх повязки снова положить холод. При ушибе головы срочно вызвать скорую помощь.

КРОВОТЕЧЕНИЯ. При (венозном, артериальном) кровотечении на рану следует наложить тугую давящую повязку и кровоточащую часть тела приподнять. Остановить кровотечение можно при помощи закрутки или жгута. Их накладывают выше места ранения, предварительно положив на них ткань или платок. Через каждые 20-30 минут расслабляют, частично восстанавливая этим самым кровообращение во избежание омертвления тканей.

КРОВОТЕЧЕНИЕ ИЗ НОСА. Пострадавшего усадить, голову слегка наклонить вперёд, чтобы кровь не стекала в носоглотку, положить на переносицу холодную примочку, ввести в нос тампон из ваты или марли, смоченной 3 % раствором перекиси водорода, сжать пальцами крылья носа на 4-5 минут.

ОБМОРОЖЕНИЕ. Согреть обмороженный участок накладыванием ладони, растереть побелевший участок до покраснения ладонью, мягкой варежкой. При обморожении рук, ног обеспечить прежде всего согрев поражённых участков приливом крови махами рук, ног. Сделать водный массаж поражённым участкам горячей и холодной водой. При любой степени обморожения применять горячее питьё и пищу.

ПРАВИЛА ПЕРВОЙ ПОМОЩИ ПРИ ЭЛЕКТРОТРАВМАХ.

Меры первой помощи зависят от состояния, в котором находится пострадавший после освобождения его от электротока. Для определения этого состояния необходимо немедленно произвести следующие мероприятия:

1. Уложить пострадавшего на спину на твёрдую поверхность.

СМК	ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении практических занятий по видам спорта для персонала и обучающихся кафедры физической культуры ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России	ИОТ-СМК-32-2022
		страница 7 из 9

2. Проверить у пострадавшего наличие дыхания (проверяется по подъёму грудной клетки или каким-либо другим способом).
3. Проверить наличие у пострадавшего пульса на лучевой артерии запястья или сонной артерии на переднебоковой поверхности шеи.
4. Выяснить состояние зрачка «узкий или широки». Широкий зрачок указывает на резкое ухудшение кровоснабжения мозга.

Во всех случаях поражения электрически ток вызов врача является обязательным независимо от состояния пострадавшего. Пострадавшего следует уложить в удобное положение и до прибытия врача обеспечить полный покой, непрерывно наблюдая за дыханием и пульсом.

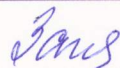
11. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ

- 11.1. Убрать в специально отведенное место для хранения спортивный инвентарь и провести влажную уборку зала.
- 11.2. Тщательно проветрить спортивный зал на наличие неисправностей.
- 11.3. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
- 11.4. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

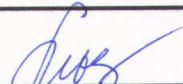
СМК	ИНСТРУКЦИЯ по охране труда при проведении практических занятий по видам спорта для персонала и обучающихся кафедры физической культуры ФГБОУ ВО КемГМУ Минздрава России	ИОТ-СМК-32-2022
		страница 8 из 9

ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТ

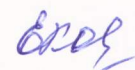
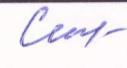
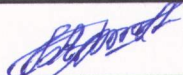
1. РАЗРАБОТАНА

Должность	ФИО	Подпись	Дата
Заведующий кафедрой физической культуры	Заплатаина Ольга Алексеевна		21.02.2022

2. КОНСУЛЬТАНТ

Должность	ФИО	Подпись	Дата
Специалист по охране труда	Мысочка Ольга Сергеевна		21.02.2022

3. СОГЛАСОВАНА

Должность	ФИО	Подпись	Дата
Ответственный за СМК Университета, проректор по учебной работе	Коськина Елена Владимировна		18.02.22
Начальник УЛАМКО	Синькова Маргарита Николаевна		21.02.22
Ведущий юрисконсульт	Гапонов Сергей Алексеевич		21.02.22

4. ВВЕДЕНА В ДЕЙСТВИЕ со дня утверждения ректором Университета «24» февраля 2022 г., (Основание: протокол заседания Ученого совета №6 от «24» февраля 2022 г., протокол заседания Совета по качеству №6 от «21» февраля 2022 г.)

5. СПИСОК РАССЫЛКИ

Контрольный экземпляр:

- УЛАМКО

Электронная копия:

- кафедра физической культуры

