



МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА  
ХЛЕВЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА  
ЛИПЕЦКОЙ ОБЛАСТИ  
(МАУ ДО «ДЮСШ ХЛЕВЕНСКОГО РАЙОНА»)

РАЗРАБОТАЛ

Главный инженер МАУ ДО  
«ДЮСШ Хлевенского района»

А. Ю. Муштаев

« 02 » 09

2025 г.

УТВЕРЖАЮ

Директор МАУ ДО  
«ДЮСШ Хлевенского района»

М. В. Боев

« 02 » 09

2025 г.

Инструкция по охране труда  
для тренера-преподавателя

ИОТ-033-2025

с. Хлевное

## **ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА**

1.1. Настоящая Инструкция предусматривает основные требования по охране труда для тренера-преподавателя.

1.2. К работе допускаются лица не моложе 18 лет, имеющее среднее специальное или высшее профессиональное образование, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.

1.3. К работе допускаются лица, прошедшие:

- необходимый периодичный медицинский осмотр;

- вводный инструктаж по охране труда;

- первичный инструктаж на рабочем месте;

- в процессе работы повторный инструктаж на рабочем месте (1 раз в 6 месяцев);

- обучение и проверку знаний требований охраны труда;

- инструктаж по электробезопасности с присвоением I группы по электробезопасности;

- прошедшие необходимое количество дней стажировки

1.4. Тренер-преподаватель извещает своего непосредственного руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, произшедшем на производстве, об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого заболевания.

1.5. Тренеру-преподавателю необходимо знать и строго соблюдать требования по охране труда, пожарной безопасности, производственной санитарии.

1.6. Тренер-преподаватель должен:

- соблюдать правила внутреннего трудового распорядка и установленный режим труда и отдыха;

- выполнять работу, входящую в его обязанности или порученную администрацией, при условии, что он обучен правилам безопасного выполнения этой работы;

- применять безопасные приемы выполнения работ;

- иметь практические навыки оказания первой доврачебной помощи;

- знать местонахождение аптечки с медикаментами и перевязочным материалом;

- уметь оказывать первую помощь пострадавшим.

1.7. Запрещается садиться и облокачиваться на случайные предметы и ограждения.

1.8. Запрещается загромождать проходы, проезды, рабочие места, подходы к щитам с противопожарным инвентарем, пожарным кранам и общему рубильнику в помещении (кабинете, спортивном или тренажерном зале).

1.9. Тренер-преподаватель должен знать места расположения первичных средств пожаротушения.

1.10. Окна помещений, где проводятся занятия, не должны иметь глухих решеток.

1.11. Принимать пищу разрешается только в специально отведенных для этой цели местах (столовая).

1.12. Тренер-преподаватель несет персональную ответственность за жизнь и здоровье обучающихся во время образовательного процесса.

1.13. В целях соблюдения правил личной гигиены и эпидемиологических норм тренер-преподаватель должен:

- оставлять верхнюю одежду, обувь в предназначенных для этого местах;
- мыть руки с мылом, использовать кожные антисептики после соприкосновения с загрязненными предметами, перед началом работы, после посещения туалета, перед приемом пищи;
- не допускать приема пиши в рабочем кабинете.

1.14. Запрещается выполнять работу, находясь в состоянии алкогольного опьянения либо в состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных, токсических или других одурманивающих веществ, а также распивать спиртные напитки, употреблять наркотические средства, психотропные, токсические или другие одурманивающие вещества на рабочем месте или в рабочее время.

1.15. Тренер-преподаватель, допустивший нарушение или невыполнение требований настоящей инструкции по охране труда, рассматривается как нарушитель производственной дисциплины и может быть привлечён к дисциплинарной ответственности и прохождению внеочередной проверки знаний требований охраны труда, а в зависимости от последствий и к уголовной; если нарушение повлекло материальный ущерб - к материальной ответственности в установленном порядке.

## **ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ**

2.1. Перед началом занятий проверить безопасность рабочих мест для обучающихся:

— проверить все помещения, эвакуационные пути и выходы на соответствие их требованиям пожарной безопасности;

— убедиться в наличии и исправности средств пожаротушения, средствах связи;

— проверить санитарное состояние помещений спортивный зал, тренажерный зал кабинет) и проветрить его, открыв окна или фрамуги и двери; окна в открытом положении фиксировать крючками, а фрамуги должны иметь ограничители;

— включить полностью освещение 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 помещения;

— светильники должны быть надежно подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру;

- коммутационные коробки должны быть закрыты крышками, а электророзетки — фальшивками;
- корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, а также оголенных контактов.

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

2.4. Проверить расстановку мебели в кабинете и её укомплектованность с точки зрения своей безопасности и безопасности обучающихся при проведении образовательного процесса.

2.5. При необходимости использования оборудования, инструментов, приспособлений индивидуального пользования преподаватель должен проверить их исправность, наличие защитных средств, отсутствие травмоопасных признаков.

2.6. Ознакомить обучающихся с правилами эксплуатации используемого в учебном процессе оборудования, инструментов, приспособлений.

2.7. Проверить наличие и исправность противопожарного инвентаря.

2.8. Все открытые и доступно расположенные движущиеся части оборудования необходимо защитить закрепляемыми ограждениями.

2.9. Проверить наличие аптечки первой медицинской помощи.

2.10. Обо всех обнаруженных неисправностях оборудования, инвентаря, электропроводки и других неполадках сообщить своему непосредственному руководителю и приступить к работе только после их устранения.

## **ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ**

3.1. Строго соблюдать методику проведения учебного занятия.

3.2. Во время занятий должна выполняться только та работа, которая предусмотрена расписанием и разработанной программой по виду спорта.

3.3. Тренер-преподаватель должен контролировать обстановку во время занятий и обеспечить безопасное проведение образовательного процесса.

3.4. Запрещается проведение занятий, в помещениях, не принятых в эксплуатацию в установленном порядке.

3.5. Запрещается выполнять ремонтно-восстановительные работы на рабочем месте во время занятий.

3.6. Тренер-преподаватель должен доводить до сведения руководителя организации о всех недостатках в обеспечении охраны труда преподавателей и обучающихся, снижающих жизнедеятельность и работоспособность организма человека (заниженность освещенности, несоответствие пускорегулирующей аппаратуры люминесцентных ламп, травмоопасность и др.).

3.7. При работе с использованием оргтехники соблюдать меры безопасности от поражения электрическим током:

- не подключать к электросети и не отключать от нее приборы мокрыми и влажными руками;
- соблюдать последовательность включения и выключения оргтехники, не нарушать технологические процессы;

— не оставлять включенные в электросеть приборы без присмотра.

3.8. Для поддержания здорового микроклимата следует через каждые 2 ч работы проветривать помещение.

3.9. Не разрешать обучающимся самовольно покидать место проведения занятия.

3.10. Не допускать работы при недостаточной освещенности рабочего места.

3.11. Вести себя спокойно и выдержанно, избегать конфликтных ситуаций, которые могут вызвать нервно-эмоциональное напряжение и отразиться на безопасности труда.

3.12. Во время работы необходимо:

— соблюдать установленный режим труда и отдыха;

— соблюдать осторожность при передвижении, чтобы не споткнуться и не удариться о возможные препятствия.

3.13. Во время ходьбы нельзя наступать на электрические кабели, провода.

3.14. Нельзя прикасаться к оголенным и плохо изолированным проводам потребителей электрической энергии.

3.15. Запрещается применять открытый огонь (факелы, свечи и т.п.).

3.16. Применять меры дисциплинарного воздействия на обучающихся, которые сознательно нарушают правила безопасного поведения во время занятий.

3.17. Соблюдать гигиену труда и требовать ее соблюдения обучающимися.

3.18. Соблюдать порядок и не загромождать рабочее место, эвакуационные выходы посторонними предметами и ненужными документами.

3.19. Соблюдать правила перемещения в помещении и на территории организации, пользоваться только установленными проходами.

3.20.

3.21. Соблюдать требования Правил противопожарного режима в РФ.

3.22. Тренеру-преподавателю необходимо придерживаться правил передвижения в помещениях и на территории учреждения:

•ходить по коридорам и лестничным маршам, придерживаясь правой стороны, осторожно и не спеша;

•неходить по мокрому полу;

•при передвижении по лестничным пролетам соблюдать осторожность и внимательность, не наклоняться за перила, не перешагивать и не перепрыгивать через ступеньки;

•неходить ближе метра от стен здания учреждения.

3.23. Во время работы запрещается:

- допускать деятельность учащихся, не предусмотренную программой;

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

**Категорически запрещается оставлять учащихся без присмотра!**

## ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. Не допускается тренеру-преподавателю приступать к работе при плохом самочувствии или внезапной болезни.

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

- пожар, возгорание, задымление, поражение электрическим током вследствие неисправности оргтехники и иных электроприборов, шнурков питания;
- неисправность мебели вследствие износа, порчи;
- прорыв системы отопления, водоснабжения, канализации из-за износа труб.

- террористический акт или угроза его совершения.

4.3. Тренер-преподаватель обязан оперативно известить директора школы:

- о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью сотрудников и обучающихся;
- о каждом произошедшем несчастном случае;
- об ухудшении состояния своего здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления).

4.4. При возникновении неисправности оргтехники (посторонний шум, дым, искрение и запах гари) необходимо прекратить с ними работу и обесточить, сообщить заместителю директора по АХЧ (либо главному инженеру) и использовать только после выполнения ремонта (получения нового) и получения разрешения.

4.5. В случае получения травмы тренер-преподаватель должен прекратить работу, позвать на помощь, воспользоваться аптечкой первой помощи, поставить в известность директора школы (при отсутствии иное должностное лицо) и обратиться в медицинский пункт. При получении травмы иным работником или обучающимся оказать ему первую помощь. Вызвать медицинского работника, при необходимости, вызвать скорую медицинскую помощь по телефону 112 (103) и сообщить о происшествии директору школы. Обеспечить до начала расследования сохранность обстановки на месте происшествия, а если это невозможно (существует угроза жизни и здоровью окружающих) фиксирование обстановки путем фотографирования или иным методом. Оказать содействие при проведении расследования несчастного случая.

4.6. В случае возникновения задымления или возгорания в тренер-преподаватель должен немедленно прекратить работу, вывести сотрудников и посетителей из кабинета — опасной зоны, вызвать пожарную охрану по телефону 01 (101 с мобильного), оповестить голосом о пожаре и вручную задействовать АПС, сообщить директору школы. При условии отсутствия угрозы жизни и здоровью людей принять меры к ликвидации пожара в начальной стадии с помощью первичных средств пожаротушения.

4.7. При аварии (прорыве) в системе отопления, водоснабжения в административном кабинете необходимо оперативно сообщить о произошедшем главному инженеру.

4.8. В случае угрозы или возникновения очага опасного воздействия техногенного характера, угрозы или приведения в исполнение террористического акта следует руководствоваться Планом эвакуации, инструкцией о порядке действий в случае угрозы и возникновении ЧС террористического характера.

4.9. В случае наличия пострадавших среди обучающихся и воспитанников работник обязан обратиться к медицинской сестре, а при необходимости оказать доврачебную помощь.

4.10. При поражении обучающихся, воспитанников и (или) работников электрическим током принять меры по его освобождению от действия тока путем отключения электропитания и до прихода медсестры оказать, при необходимости, потерпевшему доврачебную помощь.

## **ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПОСЛЕ ЗАВЕРШЕНИЯ РАБОТЫ**

5.1. После занятия внимательно осмотреть помещение.

5.2. Привести в порядок рабочее место. Убрать журнал, тетради, наглядные пособия и др. материалы в установленное место.

5.3. Обратить внимание на электрооборудование и электропроводку в помещении (наличие травмоопасных факторов). Закрыть окна, выключить свет.

5.4. По окончании работы следует тщательно вымыть руки тёплой водой с мылом.

5.5. Обо всех замеченных в процессе работы неполадках и неисправностях используемого оборудования, а также о других нарушениях требований охраны труда следует сообщить своему непосредственному руководителю.