



ПОТВЕРЖДАЮ»

И.о. директора

СОГБОУ ДО «Спортивная школа по адаптивному спорту»

М.А. Титова

« 21 » 09 20 23 года

№. У 07-0/3

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА
ДЛЯ
ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ПО ПЛАВАНИЮ

ИНСТРУКЦИЯ ПО ОХРАНЕ ТРУДА ДЛЯ ТРЕНЕРА-ПРЕПОДАВАТЕЛЯ ПО ПЛАВАНИЮ

1. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА

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

1.2. К работе тренера-преподавателя по плаванию допускаются специалисты, имеющие специальное образование согласно квалификации, а также не имеющие медицинских противопоказаний и прошедшие:

- обучение по охране труда, проверку знаний требований охраны труда;
- обучение правилам электробезопасности, проверку знаний правил электробезопасности в объеме должностных обязанностей;
- обучение правилам пожарной безопасности, проверку знаний правил пожарной безопасности в объеме должностных обязанностей;
- обучение безопасным приемам выполнения работ и методам оказания первой помощи пострадавшему при несчастных случаях на производстве;
- проверку знаний безопасных методов и приемов выполнения работ;
- вводный и первичный инструктаж по охране труда на рабочем месте;
- стажировку на рабочем месте (в течение 3-14 смен в зависимости от стажа, опыта и характера работы);
- предварительный и периодические медицинские осмотры.

1.3. Тренер-преподаватель должен проходить обучение по охране труда в виде: вводного инструктажа, первичного инструктажа на рабочем месте, обучения по охране труда при поступлении на работу в течение первого месяца, далее — по мере необходимости, но не реже одного раза в три года. Тренер-преподаватель, своевременно не прошедший соответствующий инструктаж по охране труда, ежегодную проверку знаний по охране труда, периодический медицинский осмотр, к работе не допускается.

1.4. В процессе выполнения работ на тренера-преподавателя могут воздействовать следующие опасные и вредные производственные факторы:

- острые кромки, заусенцы и неровности поверхностей спортивного инвентаря, приспособлений;
- острые кромки и сколы кафельной плитки на поверхностях ванны бассейна, полах;
- опасность падения на мокрых скользких поверхностях бассейна;
- опасность поражения электрическим током при использовании электрооборудования (сушилки, фены и др.);
- пониженные значения температуры воды и воздуха;
- повышенная влажность воздуха на рабочем месте;
- повышенная концентрация различных химических веществ в воде и в воздухе;

- опасность утопления;
- опасность нанесения физических травм со стороны пользователей бассейном;
- повышенная физическая нагрузка;
- психоэмоциональное напряжение, переутомление.

Источники возникновения вредных и опасных производственных факторов:

- неисправное спортивное и иное оборудование или неправильная его эксплуатация;
- неисправное электрооборудование или неправильная его эксплуатация;
- острые кромки, заусенцы и шероховатости на поверхности спортивного инвентаря, приспособлений;
- отсутствие, неисправность, неправильная эксплуатация СИЗ;
- неисполнение или ненадлежащее исполнение должностной инструкции, инструкций по охране труда, правил внутреннего трудового распорядка, локальных нормативных актов, регламентирующие порядок организации работ по охране труда, условия труда на объекте.

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

1.6. Тренер-преподаватель обеспечивается спецодеждой и спецобувью в соответствии с действующими нормами.

Выдаваемая специальная одежда, специальная обувь и другие средства индивидуальной защиты должны соответствовать характеру и условиям работы, обеспечивать безопасность труда, иметь сертификат соответствия.

1.7. Личную одежду и спецодежду необходимо хранить отдельно в шкафчиках и гардеробной. Уносить спецодежду за пределы организации запрещается.

1.8. Помещения бассейна должны быть оснащены шкафчиками-аптечками с набором медицинских препаратов, перевязочных средств и инструментов, необходимых для оказания первой медицинской помощи при несчастных случаях.

1.9. Тренер-преподаватель должен знать:

- гигиенические требования к местам проведения занятий;
- правила поведения на воде;
- порядок обеспечения безопасности при проведении занятий;
- приемы и средства спасения утопающих;
- устройство специального оборудования, спортивных приспособлений, правила по охране труда при работе с ними;
- безопасные приемы при выполнении работ;
- мероприятия по предупреждению аварийных ситуаций;
- порядок действий при ликвидации аварийных ситуаций;
- действие на человека опасных и вредных производственных факторов, возникающих во время работы;

- назначение средств индивидуальной защиты, уметь ими пользоваться;
- правила и нормы по охране труда, техники безопасности и промсанитарии;
- правила внутреннего трудового распорядка, установленные в организации;
- требования настоящей инструкции, инструкции о мерах пожарной безопасности, инструкции по электробезопасности, руководствоваться ими в своей деятельности;
- уметь пользоваться средствами пожаротушения при возникновении пожара, вызвать пожарную охрану.

1.10. Во время нахождения на территории организации, в производственных и бытовых помещениях, на участках работ и рабочих местах тренер-преподаватель обязан:

- своевременно и точно выполнять правила внутреннего трудового распорядка, распоряжения администрации при условии, что он обучен правилам безопасного выполнения этой работы;
- соблюдать требования локальных нормативных актов по охране труда, пожарной безопасности, производственной санитарии, регламентирующие порядок организации работ на объекте;
- соблюдать дисциплину труда, режим труда и отдыха;
- бережно относиться к имуществу работодателя;
- выполнять только входящую в его служебные обязанности работу, работать по заданию непосредственного руководителя.

1.11. Курить и принимать пищу разрешается только в специально отведенных для этой цели местах. Перед едой необходимо тщательно вымыть руки с мылом.

1.12. Не допускается 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.

1.13. Тренер-преподаватель, 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.

2. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПЕРЕД НАЧАЛОМ РАБОТЫ

2.1. Обеспечить личную безопасность при производстве работ:

2.1.1. Надеть полагающуюся по нормам спецодежду и спецобувь (спортивный костюм, резиновую обувь и др.), привести все в порядок.

В течение рабочего дня одежду необходимо содержать в чистоте.

2.1.2. Не закалывать одежду булавками, не держать в карманах одежды острые, бьющиеся предметы.

Не хранить в карманах предметы личного туалета, сигареты и другие посторонние предметы.

2.1.3. Проверить средства для осуществления спасения (шесты с петлями, круги спасательные и т.п.).

2.1.4. Осмотреть место проведения занятий, иные помещения: раздевалки, душевые и др.

2.1.5. Осмотреть днище бассейна с целью выявления сколов плиток или острых неровностей.

2.1.6. Проверить лестницы спуска в бассейн. Протереть ступени и поручни спуска от слизи.

2.1.7. Проверить работу местной вытяжной вентиляции.

2.1.8. Проверить наличие и исправность спортивного инвентаря, приспособлений, другого оборудования, удобно разместить их.

2.1.9. Подготовить рабочее место для безопасной работы:

— произвести его осмотр, убрать все лишние предметы, не загромождая при этом проходы;

— проверить подходы к рабочему месту, пути эвакуации на соответствие требованиям охраны труда;

— установить последовательность выполнения операций;

— проверить наличие противопожарных средств, аптечки (ее комплектацию).

2.1.10. Проверить внешним осмотром:

— надежность закрытия всех токоведущих и пусковых устройств оборудования (при использовании электрооборудования);

— целостность изоляции электропроводов и питающих шнуров электроприборов, исправность предохранительных устройств (при использовании электрооборудования);

— достаточность освещения рабочего места;

— надежность закрепления ламп накаливания, люминесцентных и кварцевых ламп. Не допускается применение ламп накаливания и люминесцентных ламп без светорассеивающей арматуры;

— отсутствие посторонних предметов внутри и вокруг оборудования;

— состояние полов (отсутствие выбоин, неровностей и др.).

— наличие и доступность предметов, которыми посетители бассейна могут нанести увечье персоналу и себе.

2.1.11. Обо всех обнаруженных неисправностях и неполадках сообщить непосредственному руководителю и приступить к работе только после их устранения.

2.2. Приступить к работе после устранения выявленных нарушений и неисправностей.

2.3. Тренеру-преподавателю не следует приступать к работе при наличии следующих нарушений требований охраны труда:

- при наличии неисправности, указанной в инструкции завода-изготовителя по эксплуатации оборудования, при которой не допускается его применение;
- при отсутствии или неисправности средств индивидуальной защиты;
- при отсутствии противопожарных средств, аптечки;
- при недостаточной освещенности рабочего места и подходов к нему;
- без прохождения целевого инструктажа на производство разовых работ, не связанных с его должностными обязанностями, а также работ, связанных с повышенной опасностью.

3. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ВО ВРЕМЯ РАБОТЫ

- 3.1. Выполнять только ту работу, по которой прошел обучение, инструктаж по охране труда и к которой допущен работником, ответственным за безопасное выполнение работ.
- 3.2. Не допускать к своей работе необученных и посторонних лиц.
- 3.3. При обнаружении неисправного оборудования, приспособлений, других нарушений требований охраны труда, которые не могут быть устранены собственными силами, и возникновении угрозы здоровью, личной или коллективной безопасности тренеру-преподавателю следует сообщить об этом руководству. Не приступать к работе до устранения выявленных нарушений.
- 3.4. При проведении занятий на воде очередную группу занимающихся допускать в бассейн только после выхода из него предыдущей группы.
- 3.5. Перед занятием провести с занимающимися предварительный инструктаж по Правилам поведения на воде, проверить наличие шапочки, сменной обуви.
- Не допускать скопления занимающихся на одной дорожке в количестве, превышающем требования безопасности. Площадь зеркала воды на 1 человека должна составлять:
- для спортивных бассейнов — не менее 8 кв.м;
 - для оздоровительных бассейнов — не менее 5 кв.м.;
 - для детских учебных бассейнов — не менее 3 кв.м.
- 3.7. Контролировать соблюдение занимающимися требований Правил поведения на воде, в случае их неисполнения удалять нарушителя из воды.
- 3.8. Занятия проводить в соответствии с установленными методиками проведения занятий по плаванию, программами обучения плаванию.
- 3.9. При работе с электрооборудованием, спортивными и иными приспособлениями соблюдать правила их эксплуатации в соответствии с инструкциями завода-изготовителя.
- 3.10. Прекратить работу с использованием электрооборудования при:
- появлении постороннего шума, запаха гари, прекращении подачи электроэнергии;
 - отсутствии или неисправности защитного заземления;
 - нечеткой работе выключателя;
 - неисправности предохранительных и блокировочных устройств,

крепежных устройств, ограждении и других средств защиты;
— повреждение штепсельного соединения, изоляции кабеля;
— при открытых токоведущих частях;
— появлении на корпусе оборудования ощутимого электрического тока;
— поломке или появлении трещин в корпусе машины (прибора).

3.11. Периодически проводить визуальный профилактический осмотр оборудования.

3.12. При проведении занятий быть внимательным, не отвлекаться посторонними делами и разговорами, не спешить.

3.13. При совместной работе согласовывать свои действия с действиями других работников.

3.14. Заметив нарушение требований охраны труда другим работником, тренеру-преподавателю следует предупредить его о необходимости их соблюдения.

3.15. Соблюдать правила перемещения в помещениях и на территории организации, пользоваться только установленными проходами.

3.16. Содержать рабочее место в чистоте, не загромождать проходы к рабочему месту.

3.17. Соблюдать установленные режимом рабочего времени регламентированные перерывы в работе.

3.18. При выполнении работ тренеру-преподавателю **ЗАПРЕЩАЕТСЯ**:

— отлучаться с рабочего места без разрешения непосредственного руководителя;

— покидать рабочее место во время проведения занятий, отвлекаться на другую деятельность, оставлять занимающихся без присмотра;

— создавать травмоопасные ситуации для себя и окружающих;

— пить воду из бассейна;

— залезать без надобности на стартовые тумбочки, бегать вокруг бассейна;

— приступать к занятиям при отсутствии дежурной медицинской сестры плавательного бассейна;

— производить самостоятельное вскрытие и ремонт специального оборудования, приспособлений. Ремонт должен проводить специалист.

— пользоваться неисправным оборудованием, а также приборами и оборудованием, обращению с которыми он не обучен;

— приступать к выполнению разовых работ, не связанных с его прямыми обязанностями по специальности без получения целевого инструктажа;

— хранить и принимать пищу и напитки на рабочем месте.

4. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

4.1. При ликвидации аварийной ситуации необходимо действовать в соответствии с утвержденным планом ликвидации аварий.

4.2. При обнаружении неисправностей оборудования, приспособлений, а также при возникновении иных условий, угрожающих жизни и здоровью работников, тренеру-преподавателю следует прекратить работу и сообщить о

них непосредственному руководителю работ и работнику, ответственному за осуществление производственного контроля.

4.3. При появлении очага возгорания необходимо:

- отключить электрооборудование;
- прекратить работу;
- организовать эвакуацию людей;
- немедленно приступить к тушению пожара.

При загорании электрооборудования необходимо применять только углекислотные или порошковые огнетушители.

4.4. При невозможности выполнить тушение собственными силами тренеру-преподавателю следует вызвать пожарную охрану по телефону 101 или 112 и сообщить об этом непосредственному руководителю.

4.5. В случае получения травмы или ухудшения самочувствия тренер-преподаватель должен прекратить работу, передать обязанности другому лицу, поставить в известность руководство и обратиться за медпомощью.

4.6. В случае получения травмы или ухудшения самочувствия находящегося в подчинении работника отстранить его от работы и направить в медпункт, а в случае необходимости вызвать городскую скорую медицинскую помощь.

4.7. В случае утопления, получения травмы занимающимся в бассейне:

- прекратить занятие;
- извлечь пострадавшего из воды;
- немедленно проинформировать о случившемся медицинскую сестру бассейна;
- при необходимости оказать первую медицинскую помощь;
- при необходимости вызвать городскую скорую помощь по телефону 103 или 112.

4.8. Если произошел несчастный случай, очевидцем которого стал тренер-преподаватель, ему следует:

- прекратить работу;
- немедленно сообщить непосредственному руководителю;
- немедленно вывести или вынести пострадавшего из опасной зоны;
- оказать пострадавшему первую медицинскую помощь;
- вызвать врача или городскую скорую помощь;
- помочь организовать доставку пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение.

4.9. При расследовании обстоятельств и причин несчастного случая тренеру-преподавателю следует сообщить комиссии известные ей сведения о происшедшем несчастном случае.

5. ТРЕБОВАНИЯ ОХРАНЫ ТРУДА ПО ОКОНЧАНИИ РАБОТЫ

5.1. Осмотреть рабочее место, проверить чистоту и порядок.

5.2. После выполнения работ оборудование, приспособления, приборы убрать в установленные места.

5.3. Снять спецодежду, спецобувь, убрать их в индивидуальный шкаф.

5.4. Вымыть с мылом руки, лицо, при необходимости принять душ.

5.5. Доложить непосредственному руководству обо всех нарушениях производственного процесса, требований охраны труда, случаях травматизма на территории работодателя.
