

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА КРАСНОЯРСКОГО КРАЯ

Краевое государственное автономное учреждение  
дополнительного профессионального образования  
«Красноярский краевой институт повышения квалификации  
работников физической культуры и спорта»

**Организация работы по охране труда в сфере физической  
культуры и спорта**

тематическая папка

Красноярск 2016

Составители:  
Буянова Н.В., проректор КГАУ ДПО ККИПКРФКиС  
Попова Н.А., специалист по УМР КГАУ ДПО ККИПКРФКиС

Тематическая папка составлена с использованием основных нормативно-правовых актов по охране труда, раскрывающих принципы и правила организации работы по охране труда в организациях. Рекомендации по созданию системы управления охраной труда и техники безопасности представлены с целью демонстрации возможных подходов к моделированию системы управления охраной труда с учётом специфики деятельности организации. В этой связи составители ограничились цитированием отдельных положений, действующих нормативных правовых актов по охране труда в части не только организации деятельности, но и существующей ответственности руководителей и специалистов. Кроме того, в сборнике представлены примерные образцы инструкций по охране труда при занятиях по различным видам спорта.

Методические материалы ориентированы на руководителей, заместителей руководителей и специалистов по охране труда физкультурно-спортивных и образовательных учреждений, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта

Тематическая папка имеет рекомендательно-ориентационный характер и предназначена для использования при создании системы управления охраной труда в организациях, подведомственных министерству спорта Красноярского края.

Методические материалы подготовлены КГАУ ДПО «Красноярский институт повышения квалификации работников физической культуры и спорта» в рамках исполнения государственного задания на 2016 год.

Утверждено решением редакционно-издательской комиссии КГАУ ДПО «Красноярский институт повышения квалификации работников физической культуры и спорта»

## Оглавление

Введение.....	5
Раздел 1 Государственное регулирование охраны труда и техники безопасности. Краткий обзор нормативных правовых актов.....	6
Раздел 2 Рекомендации по созданию системы управления охраной труда и техники безопасности в физкультурно-спортивных и образовательных организациях, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта .....	23
Раздел 3 Пакет документов по охране труда в физкультурно-спортивных и образовательных организациях, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта.....	32
Приложение 1 .....	42
Образцы инструкций по охране труда .....	42
Инструкция по охране труда и мерам безопасности для тренера/тренера-преподавателя .....	42
Инструкция по охране труда инструктора–методиста.....	45
Вводный инструктаж по охране труда и мерам безопасности для спортсменов по видам спорта .....	47
Инструкция для спортсменов по охране труда и мерам безопасности при занятиях на открытых спортивных площадках.....	50
Инструкция по мерам безопасности для спортсменов при занятиях в спортивном зале .....	53
Инструкция по охране труда при занятиях на горнолыжном склоне.....	55
Инструкция по охране труда при проведении спортивных соревнований.....	58
Приложение 2 .....	61
Образцы инструкций по охране труда и технике безопасности при проведении занятий (по видам спорта).....	61
Инструкция по охране труда при проведении занятий по хоккею с шайбой .	61
Инструкция по охране труда при проведении занятий по художественной гимнастике .....	63

Инструкция по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике ...	65
Инструкция по охране труда при проведении занятий по лыжному спорту..	68
Инструкция по охране труда при проведении занятий по стрелковой подготовкой в биатлоне.....	70
Инструкция по охране труда при проведении занятий по различным видам спортивных единоборств.....	76
Инструкция по охране труда при проведении занятий по плаванию.....	79
Инструкция по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм .....	80
Приложение 3 .....	84
Перечень нормативно-правовых актов по охране труда .....	84
Список использованной литературы и источников.....	89

## Введение

В современном обществе перед человечеством со всей определенностью встал вопрос о безопасности в самых различных ее проявлениях. Понимание безопасности с теоретической точки зрения является принципиальным, так как оно отражает сущность данного явления, позволяет корректно его определить, выделить наиболее важные аспекты изучения, как методологические, так и прикладные<sup>1</sup>.

Наряду с большими успехами, достигнутыми в развитии движения, в практике физкультурно-спортивной работы имеются и существенные недостатки, вызванные причинами организационного и методического характера. К недостаткам следует отнести слабую организацию системы управления охраной труда, что влечёт за собой травматизм среди занимающихся спортом. Указанное обстоятельство имеет место как при организации образовательного процесса, реализации программ спортивной подготовки, так и при занятиях массовым спортом.

Цель настоящих рекомендаций – оказать методическую помощь руководителям, заместителям руководителей, специалистам по охране труда и техники безопасности в физкультурно-спортивных и образовательных организациях, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта, по вопросам создания эффективной, соответствующей требованиям действующего законодательства системы управления охраной труда в учреждении.

---

<sup>1</sup> Безопасность жизнедеятельности : учебник для студ. высш. учеб. заведений / [Л.А. Михалков, В.П. Соломин и др.] ; под ред. Л.А. Михайлова. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 272 с.

## **Раздел 1 Государственное регулирование охраны труда и техники безопасности. Краткий обзор нормативных правовых актов**

**«Конституция Российской Федерации»** (принята всенародным голосованием 12.12.1993) (с учетом поправок, внесенных Законами РФ о поправках к Конституции РФ от 30.12.2008 N 6-ФКЗ, от 30.12.2008 N 7-ФКЗ, от 05.02.2014 N 2-ФКЗ, от 21.07.2014 N 11-ФКЗ)

Часть 3 статьи 37:

«Каждый имеет право на труд в условиях, отвечающих требованиям безопасности и гигиены...»

Часть 5 статьи 37:

«Каждый имеет право на отдых. Работающему по трудовому договору гарантируются установленные федеральным законом продолжительность рабочего времени, выходные и праздничные дни, оплачиваемый ежегодный отпуск».

Часть 3 статьи 41:

«Соккрытие должностными лицами фактов и обстоятельств, создающих угрозу для жизни и здоровья людей, влечет за собой ответственность в соответствии с федеральным законом».

**«Трудовой кодекс Российской Федерации»** от 30.12.2001 N 197-ФЗ (ред. от 30.12.2015)

### **«I. Общие положения**

Целями трудового законодательства являются установление государственных гарантий трудовых прав и свобод граждан, создание благоприятных условий труда, защита прав и интересов работников и работодателей.

Основными задачами трудового законодательства являются создание необходимых правовых условий для достижения оптимального согласования интересов сторон трудовых отношений, интересов государства, а также

правовое регулирование трудовых отношений и иных непосредственно связанных с ними отношений по:

организации труда и управлению трудом;

социальному партнерству, ведению коллективных переговоров, заключению коллективных договоров и соглашений;

участию работников и профессиональных союзов в установлении условий труда и применении трудового законодательства в предусмотренных законом случаях;

государственному контролю (надзору), профсоюзному контролю за соблюдением трудового законодательства (включая законодательство об охране труда) и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права;

обязательному социальному страхованию в случаях, предусмотренных федеральными законами».

#### **«Раздел X. Охрана труда»**

«Охрана труда – система сохранения жизни и здоровья работников в процессе трудовой деятельности, включающая в себя правовые, социально-экономические, организационно-технические, санитарно-гигиенические, лечебно-профилактические, реабилитационные и иные мероприятия.

Условия труда – совокупность факторов производственной среды и трудового процесса, оказывающих влияние на работоспособность и здоровье работника.

Вредный производственный фактор – производственный фактор, воздействие которого на работника может привести к его заболеванию.

Опасный производственный фактор – производственный фактор, воздействие которого на работника может привести к его травме.

Безопасные условия труда – условия труда, при которых воздействие на работающих вредных и (или) опасных производственных факторов исключено либо уровни их воздействия не превышают установленных нормативов.

Рабочее место – место, где работник должен находиться или куда ему необходимо прибыть в связи с его работой и которое прямо или косвенно находится под контролем работодателя.

Средства индивидуальной и коллективной защиты работников – технические средства, используемые для предотвращения или уменьшения воздействия на работников вредных и (или) опасных производственных факторов, а также для защиты от загрязнения.

Система управления охраной труда – комплекс взаимосвязанных и взаимодействующих между собой элементов, устанавливающих политику и цели в области охраны труда у конкретного работодателя и процедуры по достижению этих целей. Типовое положение о системе управления охраной труда утверждается федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере труда, с учетом мнения Российской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений.

Требования охраны труда – государственные нормативные требования охраны труда, в том числе стандарты безопасности труда, а также требования охраны труда, установленные правилами и инструкциями по охране труда

Государственная экспертиза условий труда – оценка соответствия объекта экспертизы государственным нормативным требованиям охраны труда.

Стандарты безопасности труда – правила, процедуры, критерии и нормативы, направленные на сохранение жизни и здоровья работников в процессе трудовой деятельности и регламентирующие осуществление социально-экономических, организационных, санитарно-гигиенических, лечебно-профилактических, реабилитационных мер в области охраны труда.

Профессиональный риск – вероятность причинения вреда здоровью в результате воздействия вредных и (или) опасных производственных факторов при исполнении работником обязанностей по трудовому договору или в иных случаях, установленных настоящим Кодексом, другими



федеральными законами. Порядок оценки уровня профессионального риска устанавливается федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере труда с учетом мнения Российской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений.

Управление профессиональными рисками – комплекс взаимосвязанных мероприятий, являющихся элементами системы управления охраной труда и включающих в себя меры по выявлению, оценке и снижению уровней профессиональных рисков».

**«Уголовный кодекс Российской Федерации» от 13.06.1996 N 63-ФЗ**  
(ред. от 30.12.2015)

#### **«I. Общие положения**

1. Задачами настоящего Кодекса являются: охрана прав и свобод человека и гражданина, собственности, общественного порядка и общественной безопасности, окружающей среды, конституционного строя Российской Федерации от преступных посягательств, обеспечение мира и безопасности человечества, а также предупреждение преступлений.

2. Для осуществления этих задач настоящий Кодекс устанавливает основание и принципы уголовной ответственности, определяет, какие опасные для личности, общества или государства деяния признаются преступлениями, и устанавливает виды наказаний и иные меры уголовно-правового характера за совершение преступлений.

#### **Статья 143. Нарушение требований охраны труда**

1. Нарушение требований охраны труда, совершенное лицом, на которое возложены обязанности по их соблюдению, если это повлекло по неосторожности причинение тяжкого вреда здоровью человека, наказывается штрафом в размере до четырехсот тысяч рублей или в размере заработной платы или иного дохода осужденного за период до восемнадцати месяцев, либо обязательными работами на срок от ста восьмидесяти до двухсот сорока

часов, либо исправительными работами на срок до двух лет, либо принудительными работами на срок до одного года, либо лишением свободы на тот же срок с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до одного года или без такового.

2. Деяние, предусмотренное частью первой настоящей статьи, повлекшее по неосторожности смерть человека наказывается принудительными работами на срок до четырех лет либо лишением свободы на тот же срок с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет или без такового.

3. Деяние, предусмотренное частью первой настоящей статьи, повлекшее по неосторожности смерть двух или более лиц, наказывается принудительными работами на срок до пяти лет либо лишением свободы на тот же срок с лишением права занимать определенные должности или заниматься определенной деятельностью на срок до трех лет или без такового.

Примечание. Под требованиями охраны труда в настоящей статье понимаются государственные нормативные требования охраны труда, содержащиеся в федеральных законах и иных нормативных правовых актах Российской Федерации, законах и иных нормативных правовых актах субъектов Российской Федерации».

**«Кодекс Российской Федерации об административных правонарушениях» от 30.12.2001 N 195-ФЗ (ред. от 15.02.2016, с изм. от 17.02.2016)**

**Статья 5.27.1. Нарушение государственных нормативных требований охраны труда, содержащихся в федеральных законах и иных нормативных правовых актах Российской Федерации.**

1. Нарушение государственных нормативных требований охраны труда, содержащихся в федеральных законах и иных нормативных правовых

актах Российской Федерации, за исключением случаев, предусмотренных частями 2-4 настоящей статьи влечет предупреждение или наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от двух тысяч до пяти тысяч рублей; на лиц, осуществляющих предпринимательскую деятельность без образования юридического лица от двух тысяч до пяти тысяч рублей; на юридических лиц – от пятидесяти тысяч до восьмидесяти тысяч рублей.

2. Нарушение работодателем установленного порядка проведения специальной оценки условий труда на рабочих местах или ее непроведение влечет предупреждение или наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от пяти тысяч до десяти тысяч рублей; на лиц, осуществляющих предпринимательскую деятельность без образования юридического лица, - от пяти тысяч до десяти тысяч рублей; на юридических лиц от шестидесяти тысяч до восьмидесяти тысяч рублей.

3. Допуск работника к исполнению им трудовых обязанностей без прохождения в установленном порядке обучения и проверки знаний требований охраны труда, а также обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических (в течение трудовой деятельности) медицинских осмотров, обязательных медицинских осмотров в начале рабочего дня (смены), обязательных психиатрических освидетельствований или при наличии медицинских противопоказаний влечет наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от пятнадцати тысяч до двадцати пяти тысяч рублей; на лиц, осуществляющих предпринимательскую деятельность без образования юридического лица, – от пятнадцати тысяч до двадцати пяти тысяч рублей; на юридических лиц - от ста десяти тысяч до ста тридцати тысяч рублей.

4. Необеспечение работников средствами индивидуальной защиты влечет наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от двадцати тысяч до тридцати тысяч рублей; на лиц, осуществляющих предпринимательскую деятельность без образования юридического лица, –

от двадцати тысяч до тридцати тысяч рублей; на юридических лиц – от ста тридцати тысяч до ста пятидесяти тысяч рублей.

5. Совершение административных правонарушений, предусмотренных частями 1-4 настоящей статьи, лицом, ранее подвергнутым административному наказанию за аналогичное административное правонарушение влечет наложение административного штрафа на должностных лиц в размере от тридцати тысяч до сорока тысяч рублей или дисквалификацию на срок от одного года до трех лет; на лиц, осуществляющих предпринимательскую деятельность без образования юридического лица, – от тридцати тысяч до сорока тысяч рублей или административное приостановление деятельности на срок до девяноста суток; на юридических лиц – от ста тысяч до двухсот тысяч рублей или административное приостановление деятельности на срок до девяноста суток.

Примечание. Под средствами индивидуальной защиты в части 4 настоящей статьи следует понимать средства индивидуальной защиты, отнесенные техническим регламентом Таможенного союза «О безопасности средств индивидуальной защиты» ко 2 классу в зависимости от степени риска причинения вреда работнику».

**Федеральный закон «Технический регламент о безопасности зданий и сооружений» от 30.12.2009 № 384-ФЗ (ред. от 02.07.2013)**

#### **«I. Общие положения**

...2. Настоящий Федеральный закон распространяется на все этапы жизненного цикла здания или сооружения...

5. Дополнительные требования безопасности к зданиям и сооружениям (в том числе к входящим в их состав сетям инженерно-технического обеспечения и системам инженерно-технического обеспечения), а также к связанным со зданиями и с сооружениями процессам проектирования (включая изыскания), строительства, монтажа, наладки, эксплуатации и утилизации (сноса) могут устанавливаться иными техническими

регламентами. При этом указанные требования не могут противоречить требованиям настоящего Федерального закона.

6. Настоящий Федеральный закон устанавливает минимально необходимые требования к зданиям и сооружениям (в том числе к входящим в их состав сетям инженерно-технического обеспечения и системам инженерно-технического обеспечения), а также к связанным со зданиями и с сооружениями процессам проектирования (включая изыскания), строительства, монтажа, наладки, эксплуатации и утилизации (сноса), в том числе требования:

- 1) механической безопасности;
- 2) пожарной безопасности;
- 3) безопасности при опасных природных процессах и явлениях и (или) техногенных воздействиях;
- 4) безопасных для здоровья человека условий проживания и пребывания в зданиях и сооружениях;
- 5) безопасности для пользователей зданиями и сооружениями;
- 6) доступности зданий и сооружений для инвалидов и других групп населения с ограниченными возможностями передвижения;
- 7) энергетической эффективности зданий и сооружений;
- 8) безопасного уровня воздействия зданий и сооружений на окружающую среду».

**Федеральный закон «О профессиональных союзах, их правах и гарантиях деятельности» от 12.01.1996 № 10-ФЗ (ред. от 31.01.2016)**

**«Статья 20. Права профсоюзов в области охраны труда и окружающей среды.**

1. Профсоюзы вправе участвовать в формировании государственных программ по вопросам охраны труда и окружающей среды, а также в разработке нормативных правовых и других актов, регламентирующих вопросы охраны труда, профессиональных заболеваний и экологической безопасности .

2. Профсоюзы осуществляют профсоюзный контроль за состоянием охраны труда и окружающей среды через свои органы, уполномоченных (доверенных) лиц по охране труда, а также собственные инспекции по охране труда, действующие на основании положений, утверждаемых профсоюзами. В этих целях они имеют право беспрепятственно посещать организации независимо от форм собственности и подчиненности, их структурные подразделения, рабочие места, где работают члены данного профсоюза, участвовать в расследовании несчастных случаев на производстве (работе), защищать права и интересы членов профсоюза по вопросам условий труда и безопасности на производстве (работе), возмещения вреда, причиненного их здоровью на производстве (работе), а также по другим вопросам охраны труда и окружающей среды в соответствии с федеральным законодательством.

3. В случаях выявления нарушений, угрожающих жизни и здоровью работников, профсоюзные органы в организации, профсоюзные инспектора по охране труда вправе потребовать от работодателя немедленного устранения этих нарушений и одновременно обратиться в Федеральную инспекцию труда для принятия неотложных мер.

4. При невыполнении требований по устранению нарушений, особенно в случаях появления непосредственной угрозы жизни и здоровью работников, профсоюзные органы, профсоюзные инспектора по охране труда вправе требовать от работодателя, органа управления организацией, должностного лица приостановления работ впредь до принятия окончательного решения Федеральной инспекцией труда. Работодатель, должностное лицо за неустранение нарушений несут ответственность, предусмотренную законодательством.

5. Профсоюзы вправе участвовать в экспертизе безопасности условий труда на проектируемых, строящихся и эксплуатируемых производственных объектах, а также в экспертизе безопасности проектируемых и эксплуатируемых механизмов и инструментов».

**Федеральный закон «О специальной оценке условий труда»**  
от 28.12.2013 № 426-ФЗ (ред. от 13.07.2015)

**«I. Общие положения**

1. Предметом регулирования настоящего Федерального закона являются отношения, возникающие в связи с проведением специальной оценки условий труда, а также с реализацией обязанности работодателя по обеспечению безопасности работников в процессе их трудовой деятельности и прав работников на рабочие места, соответствующие государственным нормативным требованиям охраны труда.

2. Настоящий Федеральный закон устанавливает правовые и организационные основы и порядок проведения специальной оценки условий труда, определяет правовое положение, права, обязанности и ответственность участников специальной оценки условий труда».

**Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации»**

от 29.12.2012 N 273-ФЗ (ред. от 02.03.2016)

**«Статья 41. Охрана здоровья обучающихся**

1. Охрана здоровья обучающихся включает в себя:

- 1) оказание первичной медико-санитарной помощи в порядке, установленном законодательством в сфере охраны здоровья;
- 2) организацию питания обучающихся;
- 3) определение оптимальной учебной, внеучебной нагрузки, режима учебных занятий и продолжительности каникул;
- 4) пропаганду и обучение навыкам здорового образа жизни, требованиям охраны труда;
- 5) организацию и создание условий для профилактики заболеваний и оздоровления обучающихся, для занятия ими физической культурой и спортом;
- 6) прохождение обучающимися в соответствии с законодательством Российской Федерации периодических медицинских осмотров и диспансеризации;

7) профилактику и запрещение курения, употребления алкогольных, слабоалкогольных напитков, пива, наркотических средств и психотропных веществ, их прекурсоров и аналогов и других одурманивающих веществ;

8) обеспечение безопасности обучающихся во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;

9) профилактику несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность;

10) проведение санитарно-противоэпидемических и профилактических мероприятий.

2. Организация охраны здоровья обучающихся (за исключением оказания первичной медико-санитарной помощи, прохождения периодических медицинских осмотров и диспансеризации) в организациях, осуществляющих образовательную деятельность, осуществляется этими организациями.

3. Организацию оказания первичной медико-санитарной помощи обучающимся осуществляют органы исполнительной власти в сфере здравоохранения. Образовательная организация обязана предоставить безвозмездно медицинской организации помещение, соответствующее условиям и требованиям для осуществления медицинской деятельности.

4. Организации, осуществляющие образовательную деятельность, при реализации образовательных программ создают условия для охраны здоровья обучающихся, в том числе обеспечивают:

1) текущий контроль за состоянием здоровья обучающихся;

2) проведение санитарно-гигиенических, профилактических и оздоровительных мероприятий, обучение и воспитание в сфере охраны здоровья граждан в Российской Федерации;

3) соблюдение государственных санитарно-эпидемиологических правил и нормативов;

4) расследование и учет несчастных случаев с обучающимися во время пребывания в организации, осуществляющей образовательную деятельность, в порядке, установленном федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования, по согласованию с федеральным органом исполнительной власти,



осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере здравоохранения.

**Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 N 329-ФЗ (ред. от 03.11.2015)**

**«Статья 3. Основные принципы законодательства о физической культуре и спорте**

Законодательство о физической культуре и спорте основывается на следующих принципах:

...6) обеспечение безопасности жизни и здоровья лиц, занимающихся физической культурой и спортом, а также участников и зрителей физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;...»

**Федеральный закон «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30.03.1999 № 52-ФЗ (ред. от 28.11.2015)**

«Настоящий Федеральный закон направлен на обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия населения как одного из основных условий реализации конституционных прав граждан на охрану здоровья и благоприятную окружающую среду».

#### **«I. Общие положения**

В целях настоящего Федерального закона используются следующие основные понятия:

санитарно-эпидемиологическое благополучие населения – состояние здоровья населения, среды обитания человека, при котором отсутствует вредное воздействие факторов среды обитания на человека и обеспечиваются благоприятные условия его жизнедеятельности;

среда обитания человека – совокупность объектов, явлений и факторов окружающей (природной и искусственной) среды, определяющая условия жизнедеятельности человека;

факторы среды обитания – биологические (вирусные, бактериальные, паразитарные и иные), химические, физические (шум, вибрация, ультразвук,

инфразвук, тепловые, ионизирующие, неионизирующие и иные излучения), социальные (питание, водоснабжение, условия быта, труда, отдыха) и иные факторы среды обитания, которые оказывают или могут оказывать воздействие на человека и (или) на состояние здоровья будущих поколений;

вредное воздействие на человека – воздействие факторов среды обитания, создающее угрозу жизни или здоровью человека либо угрозу жизни или здоровью будущих поколений;

...безопасные условия для человека – состояние среды обитания, при котором отсутствует опасность вредного воздействия ее факторов на человека;

## **Статья 2. Обеспечение санитарно-эпидемиологического благополучия населения**

1. Санитарно-эпидемиологическое благополучие населения обеспечивается посредством:

профилактики заболеваний в соответствии с санитарно-эпидемиологической обстановкой и прогнозом ее изменения;

выполнения санитарно-противоэпидемических (профилактических) мероприятий и обязательного соблюдения гражданами, индивидуальными предпринимателями и юридическими лицами санитарных правил как составной части осуществляемой ими деятельности;».

**ГОСТ 12.0.230-2007. Межгосударственный стандарт. Система стандартов безопасности труда. Системы управления охраной труда. Общие требования** (введен в действие Приказом Ростехрегулирования от 10.07.2007 N 169-ст) (ред. от 31.10.2013)

### **«Введение**

...Требования к системам управления охраной труда разработаны Международной организацией труда (МОТ) на основе широкомасштабного подхода в соответствии с общепризнанными международными принципами, которые определены входящими в МОТ представителями трех сторон социально-трудовых отношений...

...Практические рекомендации, содержащиеся в настоящем стандарте, предназначены для использования всеми, на кого возложены обязанности и ответственность за управление охраной труда. Они не являются обязательными и не направлены на замену национального законодательства, действующих правил или утвержденных стандартов.

На работодателя возлагается непосредственная ответственность и обязанности по организации работ по охране труда. Применение системы управления охраной труда способствует выполнению этих обязанностей...

### **...1. Область применения**

Применение настоящего стандарта направлено на содействие защите работников от опасных и вредных производственных факторов и исключению связанных с их работой травм, ухудшений здоровья, болезней, смертей, а также инцидентов (опасных происшествий).

На уровне организации стандарт предназначен:

а) служить руководящими указаниями по объединению элементов системы управления охраной труда в организации в качестве составной части общей политики и системы управления;

б) способствовать активизации всех членов организации, в том числе работодателей, собственников, управленческого персонала, работников и их представителей с целью применения современных принципов и методов управления охраной труда, направленных на непрерывное совершенствование деятельности по охране труда...».

**Постановление Правительства РФ «Об утверждении Положения о разработке, утверждении и изменении нормативных правовых актов, содержащих государственные нормативные требования охраны труда»**  
от 27.12.2010 N 1160 (ред. от 30.07.2014)

25 марта 2013 г., 30 июля 2014 г.

## **Положение о разработке, утверждении и изменении нормативных правовых актов, содержащих государственные нормативные требования охраны труда**

«...2. К нормативным правовым актам, содержащим государственные нормативные требования охраны труда, относятся стандарты безопасности труда, правила и типовые инструкции по охране труда, государственные санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (санитарные правила и нормы, санитарные нормы, санитарные правила и гигиенические нормативы, устанавливающие требования к факторам рабочей среды и трудового процесса) (далее – акты, содержащие требования охраны труда).

3. Проекты актов, содержащих требования охраны труда, разрабатываются:

организациями, учреждениями, ассоциациями, объединениями, государственными внебюджетными фондами;

федеральными органами исполнительной власти, осуществляющими функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в установленной сфере деятельности, с участием представителей отраслевых объединений профсоюзов и отраслевых объединений работодателей...».

### **Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПиН 2.4.2.2821-10**

#### **«I. Общие положения**

1.1. Настоящие санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (далее – санитарные правила) направлены на охрану здоровья обучающихся при осуществлении деятельности по их обучению и воспитанию в общеобразовательных учреждениях.

1.2. Настоящие санитарные правила устанавливают санитарно-эпидемиологические требования к:

размещению общеобразовательного учреждения;

территории общеобразовательного учреждения;

зданию общеобразовательного учреждения;

оборудованию помещений общеобразовательного учреждения;

воздушно-тепловому режиму общеобразовательного учреждения;

естественному и искусственному освещению;

водоснабжению и канализации;

помещениям и оборудованию общеобразовательных учреждений, размещенных в приспособленных зданиях;

режиму образовательного процесса;

организации медицинского обслуживания обучающихся;

санитарному состоянию и содержанию общеобразовательного учреждения;

соблюдению санитарных правил.

1.3. Санитарные правила распространяются на проектируемые, действующие, строящиеся и реконструируемые общеобразовательные учреждения независимо от их вида, организационно-правовых форм и форм собственности».

Приведённый перечень нормативных правовых актов, подлежащих применению по вопросам организации охраны труда, не является исчерпывающим. Тем не менее, чтобы служба охраны труда или специалист по охране труда качественно исполняли свои функции, необходимо создание базы (комплекта) документов, содержащих требования по охране труда.

В зависимости от специфики физкультурно-спортивной организации комплект документов может быть дополнен постановлениями Правительства РФ, приказами и письмами Министерства спорта РФ. Например, в спортивных школах обязательно должны быть Методические рекомендации по организации спортивной подготовки в Российской Федерации (письмо Минспорта РФ от 12.05.2014 №ВМ-04-10/2554),

Санитарные правила устройства и содержания мест занятий по физической культуре и спорту, утвержденные Главным государственным санитарным врачом СССР 30.12.1976 №1567-76; СП 2.1.2.3304-15 «Санитарно-эпидемиологические требования к размещению, устройству и содержанию объектов спорта», утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2015 № 61.

Отметим, что работодатель на основании нормативно-правовых актов создает внутренние локальные нормативные акты, регламентирующие деятельность по охране труда внутри организации: положения, программы производственного контроля и обучения работников, инструкции по охране труда и пр.»

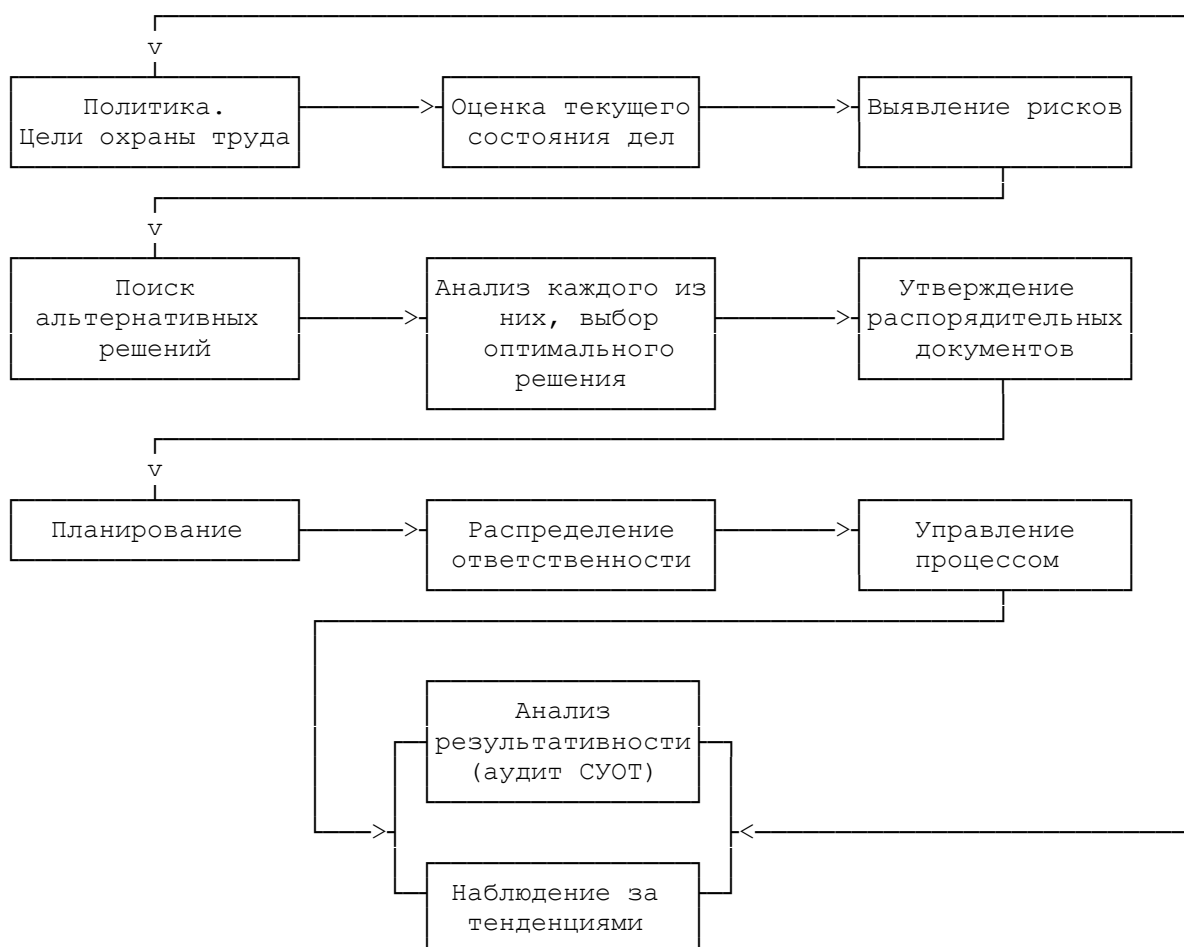
## Раздел 2 Рекомендации по созданию системы управления охраной труда и техники безопасности в физкультурно-спортивных и образовательных организациях, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта

### 2.1. Общие положения о системе управления охраной труда

Система управления охраной труда и обеспечением безопасности образовательного и тренировочного процессов (СУОТ) в физкультурно-спортивных и образовательных организациях, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта (далее – организации), – это часть общей системы управления (менеджмента) организации, обеспечивающая управление рисками в области охраны здоровья и безопасности труда, связанными с деятельностью организации.

Схематично СУОТ можно представить следующим образом:

#### Система управления охраной труда организации



Руководство организации должно обеспечивать разработку, внедрение и функционирование СУОТ в соответствии с установленными требованиями.

Система управления охраной труда и обеспечением безопасности образовательного и тренировочного процессов устанавливает:

общие требования к созданию и функционированию системы управления охраной труда в физкультурно-спортивных и образовательных организациях, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта;

единый порядок подготовки, принятия и реализации решений по осуществлению организационно-технических, санитарно-гигиенических и лечебно-профилактических мероприятий, направленных на обеспечение безопасных условий труда и сохранение здоровья работников и обучающихся, спортсменов, лиц, занимающихся массовым спортом;

основные направления деятельности по охране труда и здоровья;

обязанности и ответственность в области охраны труда и безопасности образовательного и тренировочного процесса.

Общее управление охраной труда системе образования осуществляет федеральный орган исполнительной власти, реализующий функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере образования; в системе физической культуры и спорта – федеральный орган исполнительной власти, реализующий функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере физической культуры и спорта. Указанные органы обеспечивают:

реализацию основных направлений государственной политики в области охраны труда в сфере образования, физической культуры и спорта;

участие в разработке и реализации целевых программ улучшения условий и охраны труда;

разработку нормативных правовых актов по охране труда для организаций;



разработку профилактических мер, направленных на создание безопасных условий образовательного и тренировочного процесса, охрану и укрепление здоровья работников и обучающихся, спортсменов, лиц, занимающихся массовым спортом;

участие в расследовании несчастных случаев на производстве (групповых, с тяжелым и смертельным исходом), профессиональных заболеваний, произошедших в организациях;

иные полномочия, предусмотренные трудовым законодательством (включая законодательство об охране труда), состоящим из нормативных правовых актов, перечисленных в предыдущем разделе, с учетом региональных особенностей.

Реализация основных направлений государственной политики в области охраны труда осуществляется согласованными действиями органов государственной власти субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления, осуществляющих управление в сфере образования и физической культуры, которые обеспечивают:

исполнение законов и иных нормативных правовых актов в области охраны труда на территории субъекта Российской Федерации;

управление охраной труда;

содействие общественному контролю за соблюдением прав и законных интересов работников в области охраны труда;

координацию деятельности в области охраны труда, в том числе по организации проведения на территории субъекта Российской Федерации в установленном порядке обучения по охране труда работников, в том числе руководителей организаций, проверки знаний ими требований охраны труда;

участие в финансировании мероприятий по охране труда;

иные полномочия в сфере управления охраной труда в соответствии с законами и иными нормативными правовыми актами субъектов Российской Федерации.

Учредители (работодатели) государственных, муниципальных или частных организаций осуществляют управление в организации (включая

управление охраной труда) в соответствии с трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, а также в соответствии со стандартами безопасности труда по СУОТ.

## **2.2. Основные элементы управления охраной труда**

Система управления охраной труда в организации характеризуется наличием основных элементов – концепции, целей и задач в области охраны труда.

Концепция охраны труда (далее – концепция) является самостоятельным документом (разделом документа) организации, содержащим основные направления деятельности и обязательства работодателя (руководителя организации).

Концепция включает в себя следующие принципы и обязательства:

соответствие основным направлениям государственной политики в области охраны труда;

обеспечение безопасности и охраны здоровья работников и обучающихся;

определение превентивных мер по защите работников и обучающихся, спортсменов, лиц, занимающихся массовым спортом, от опасностей, предупреждению несчастных случаев и профессиональных заболеваний работников на производстве;

соблюдение трудового законодательства и иных актов, содержащих нормы трудового права;

реализацию мероприятий по улучшению условий, охраны труда коллективных договоров и соглашений по охране труда;

совершенствование функционирования СУОТ;

осуществление мер поощрения работников за активное участие в управлении охраной труда и обеспечением безопасности образовательного процесса.

Проект концепции доводится до сведения работников и после согласования с выборным органом профсоюзной организации утверждается

работодателем (руководителем) организации либо уполномоченным им лицом.

Концепция, как правило, включается в раздел «Условия и охрана труда» коллективного договора, соглашения.

Цели и задачи в области охраны труда устанавливаются в соответствии с концепцией, с учетом типа, специфики и характера деятельности организации, уровня управления и степени обеспеченности необходимыми ресурсами.

Работодатель совместно с профсоюзным комитетом постоянно актуализирует цели и задачи в области охраны труда.

Организация работ по охране труда в организации предусматривает:  
распределение обязанностей и ответственности в области охраны труда и безопасности образовательного и тренировочного процессов;

создание службы охраны труда или введение должности специалиста по охране труда в штат организации;

участие работников и их представителей в управлении охраной труда в части привлечения работников, а также их представителей по охране труда к консультациям, информированию и повышению их квалификации, предоставления условий для совершенствования СУОТ и создания, формирования и функционирования комитета (комиссии) по охране труда;

наличие нормативных правовых актов, содержащих требования охраны труда в соответствии со спецификой деятельности организации;

передачу и обмен информацией по охране труда, включающую получение и рассмотрение внешних и внутренних обращений (сообщений), их документальное оформление и подготовку ответов, а также рассмотрение предложений работников (их представителей).

В целях разработки мероприятий по улучшению условий и охраны труда, определения ресурсов, необходимых для реализации мероприятий, в организации осуществляется планирование деятельности по управлению охраной труда.

Планирование основано на результатах информации, содержащей:

требования законодательных и иных нормативных правовых актов;  
результаты специальной оценки условий труда, анализа производственного травматизма, травматизма обучающихся и спортсменов, лиц, занимающихся массовым спортом, и профессиональной заболеваемости;  
предписаний представителей органов государственного контроля и надзора, представлений технических инспекторов труда Профсоюза.

Одним из основных документов в организации является план функционирования СУОТ, который включает:

перечень мероприятий, направленных на улучшение условий, охраны труда и здоровья, снижение уровней профессиональных рисков;  
сроки реализации мероприятий и ответственных лиц;  
источник финансирования мероприятий<sup>2</sup>.

План функционирования СУОТ формируется с учетом типового перечня ежегодно реализуемых работодателем мероприятий по улучшению условий и охраны труда и снижению уровней профессиональных рисков, утвержденного федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере труда.

Система мер ответственности и стимулирования работников, участвующих в разработке и реализации СУОТ, при осуществлении образовательного процесса предполагает:

разработку, утверждение и согласование должностных инструкций по охране труда для руководителей и специалистов;  
установление ответственности, материального и морального стимулирования работников за активные действия по реализации СУОТ;

---

<sup>2</sup> Финансирование мероприятий по улучшению условий и охраны труда осуществляется в соответствии со статьей 226 Трудового кодекса Российской Федерации, в том числе из средств Фонда социального страхования Российской Федерации, и правил финансового обеспечения предупредительных мер по сокращению производственного травматизма и профессиональных заболеваний работников и санаторно-курортного лечения работников, занятых на работах с вредными и (или) опасными производственными факторами, утвержденных федеральным органом исполнительной власти, осуществляющим функции по выработке государственной политики и нормативно-правовому регулированию в сфере труда.

формирование у работников мотивационного механизма безопасного поведения, развитие навыков предвидеть и предупреждать возникновение инцидентов.

В целях создания здоровых и безопасных условий труда работников, обучающихся, спортсменов, лиц, занимающихся массовым спортом, в организации планируются и реализуются действия, процедуры, процессы, которые предусматривают:

обеспечение безопасных условий труда на рабочих местах, в том числе при эксплуатации зданий, сооружений, а также оборудования и инструментов;

финансирование мероприятий по охране труда и здоровья;

идентификацию опасностей (выявление и установление потенциальных рисков, связанных с производственным травматизмом, профессиональными заболеваниями, аварийными ситуациями и т. д.);

проведение специальной оценки условий труда с целью выявления вредных и опасных производственных факторов, предоставления гарантий и компенсаций работникам, занятым во вредных и (или) опасных условиях труда по результатам СОУТ;

организацию и проведение обучения безопасным методам и приемам работ, оказанию первой помощи пострадавшим на производстве, проведение инструктажей по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников;

проведение обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров работников образования;

обеспечение сертифицированной специальной одеждой и другими средствами индивидуальной защиты работников, занятых на работах с вредными и опасными условиями труда, а также на работах, выполняемых в особых температурных условиях или связанных с загрязнением;

лечебно-профилактическое обслуживание работников, организацию режима труда и отдыха;

расследование и анализ причин несчастных случаев на производстве, профессиональных заболеваний;

обязательное социальное страхование работников от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний;

нормативно-правовое и информационное обеспечение по охране труда; другие функции, предусмотренные трудовым законодательством (включая законодательство об охране труда) и иных нормативных правовых актов, содержащих нормы трудового права.

Осуществление контроля за соблюдением требований охраны труда на рабочих местах, на спортивных объектах, мониторинга условий и охраны труда, внутреннего и внешнего аудитов по вопросам охраны труда и безопасности образовательного процесса является одним из главных элементов СУОТ, направленных на:

проверку (обследование) состояния охраны труда в организации и соответствие условий труда на рабочих местах и спортивных объектах требованиям охраны труда;

выполнение руководителями и специалистами должностных обязанностей по охране труда;

выявление и предупреждение нарушений требований охраны труда;

принятие мер по устранению выявленных недостатков.

Одним из основных свойств СУОТ является ее совершенствование и повышение эффективности функционирования, направленное на создание безопасных условий труда, предупреждение несчастных случаев на производстве, профессиональных заболеваний путем выявления, оценки и снижения уровней профессиональных рисков.

Совершенствование СУОТ обеспечивается своевременной реализацией мероприятий, предусматривающих:

определение опасных и вредных производственных факторов и оценки рисков;

анализ причин несчастных случаев, профессиональных заболеваний и инцидентов на производстве;

проведение проверок (обследований) по охране труда;

внесение предложений работников организации, уполномоченных по охране труда и комитетов (комиссий) по охране труда по улучшению условий труда на рабочих местах;

представление предложений по внесению изменений в трудовое законодательство (включая законодательство об охране труда) и иные акты, содержащие нормы трудового права, программы по охране труда, а также коллективные договоры (соглашения по охране труда).

Повышение эффективности функционирования СУОТ определяется актуальностью и результативностью мероприятий по улучшению условий и охраны труда, корректирующими действиями, а также обеспечением необходимыми средствами и ресурсами.

В целях эффективного управления охраной труда работодатель (руководитель организации) по согласованию с выборным профсоюзным органом обеспечивает формирование:

перечня законодательных и иных нормативных правовых актов по охране труда, необходимых для создания и функционирования СУОТ в организации с учетом типа, специфики и характера ее деятельности;

условий для информационного сопровождения действий, процедур, процессов и обеспечения ресурсов, иных технических и организационно-методических мероприятий по внедрению и реализации СУОТ в организации.

**Раздел 3 Пакет документов по охране труда в физкультурно-спортивных и образовательных организациях, осуществляющих деятельность в области физической культуры и спорта**

**Рекомендации  
по формированию комплекта нормативно-правовых документов по охране труда у работодателя (в организациях)**

№ п/п	Локальные и иные нормативно-правовые акты по охране труда	Нормативно-правовые акты по охране труда
Установленные сокращения: ТК РФ – Трудовой кодекс Российской Федерации		
1	<b>Документы по организации службы охраны труда в организации. (ТК РФ ст. 212, 218)</b>	Постановление Минтруда РФ от 08.02.2000 № 14 «Об утверждении Рекомендаций по организации работы службы охраны труда в организации». Постановление Минтруда РФ от 22.01.2001 № 10 «Об утверждении Межотраслевых нормативов численности работников службы охраны труда в организациях». Письмо Минтруда РФ от 16.11.94 г. № 2207-КВ «О примерном договоре на проведение работ по охране труда». Постановление Минтруда РФ от 17.01.2001 №7 «Об утверждении Рекомендаций по организации работы кабинета охраны труда и уголка охраны труда» (с рекомендациями).
1.1.	<b>Приказ (распоряжение) о возложении обязанностей за организацию работы по охране труда в организации на одного из заместителей руководителя организации.</b>	
1.2.	<b>Приказ о создании службы охраны труда (о приеме на работу специалиста по охране труда).</b> При отсутствии в штатном расписании должности специалиста по охране труда издается распорядительный документ о возложении обязанностей по осуществлению работ по охране труда в организации на одного из инженерно-технических работников.	
1.3.	<b>Договор со специалистом или организацией, оказывающей услуги в области охраны труда.</b> Заключается работодателем при отсутствии в организации службы охраны труда (специалиста по охране труда)	
2	<b>Распределение должностных обязанностей по охране труда между руководителями и главными специалистами по направлениям деятельности.</b> (ТК РФ ст. 211, 212,221,223,225, 226, 228)	Постановление Минтруда РФ от 08.02.2000 №14 «Об утверждении Рекомендаций по организации работы службы охраны труда в организации». Отраслевые рекомендации об организации работы по охране труда в организациях.
2.1.	<b>Приказ (распоряжение) о введении в действие Положения (стандарта) об организации работы охраны труда в организации</b>	
2.2.	<b>Положение (стандарт) о системе управления охраной труда в организации</b>	
		ГОСТ 12.0.230-2007 «ССБТ. Система управления охраной труда. Общие требования»



№ п/п	Локальные и иные нормативно-правовые акты по охране труда	Нормативно-правовые акты по охране труда
2.3.	Должностные инструкции с разделом об обязательствах, правах и ответственности в области охраны труда в соответствии со штатным расписанием.	
2.4.	Журнал регистрации выдачи документов по охране труда. Ведется службой (специалистом) охраны труда	
2.5.	Журнал регистрации входящей документации по охране труда. Ведется службой (специалистом) охраны труда	
3.	<p><b>Перечень нормативных правовых актов по охране труда.</b>          Нормативно-правовыми актами обеспечиваются все подразделения организации. (ТК РФ ст. 211, 212)</p>	<p>Постановление Правительства РФ от 23.05.2000 № 399 «О нормативно-правовых актах, содержащих государственные нормативные требования по охране труда».</p> <p>Постановление Минтруда РФ от 17.12.2002 № 80 «Об утверждении Методических рекомендаций по разработке государственных нормативных требований охраны труда».</p> <p>Государственные стандарты системы стандартов безопасности труда.</p> <p>Правила безопасности (ПБ), правила устройства и безопасной эксплуатации (ПУБЭ), инструкции по безопасности (ИБ).</p> <p>Строительные нормы и правила.</p> <p>Государственные санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (санитарные правила (СП), гигиенические нормативы (ГН), санитарные правила и нормы (СанПин), санитарные нормы (СН).</p> <p>Межотраслевые правила по охране труда (ПОТ Р М), межотраслевые типовые инструкции по охране труда (ТИ Р М).</p> <p>Отраслевые правила по охране труда (ПОТ Р О), типовые инструкции по охране труда (ТИ Р О).</p>
4	<b>Лицензии на отдельные виды деятельности.</b>	Федеральный закон от 08.08.2001. № 128-ФЗ «О лицензировании отдельных видов деятельности».
5	<b>Приказы (распоряжения) руководителя о назначении ответственных лиц (ТК РФ ст.212):</b>	Постановление Правительства РФ от 10.03.99 г. № 263 «Об организации и осуществлении производственного

№ п/п	Локальные и иные нормативно-правовые акты по охране труда	Нормативно-правовые акты по охране труда
	<p>- при эксплуатации производственных зданий и сооружений;</p> <p>- при эксплуатации опасных производственных объектов;</p> <p>- при эксплуатации оборудования (электроустановок, грузоподъемного оборудования, котлов, сосудов, газового хозяйства и т.д.);</p> <p>- при производстве различных работ и осуществлении технологических процессов (строительных, погрузочно-разгрузочных, ремонтных и т.д.);</p> <p>- при эксплуатации самоходных машин, авто- и электротранспорта и т.п.</p>	<p>контроля за соблюдением требований промышленной безопасности на опасном производственном объекте».</p> <p>Межотраслевые правила по охране труда.</p> <p>Отраслевые правила по охране труда.</p> <p>Правила безопасности.</p> <p>Правила устройства и безопасной эксплуатации.</p>
6	<p><b>Перечень производств (профессий), при работе в которых установлено обязательное прохождение работающими медицинских осмотров.</b> (ТК РФ ст.212,213)</p> <p>Составляется на основании приказа руководителя организации об утверждении временных перечней вредных, опасных веществ и производственных факторов, а также работ, при выполнении которых обязательно проводятся медицинские осмотры, при поступлении на работу и периодические медосмотры (пересматриваются ежегодно).</p>	<p>Приказ Минздравмедпрома РФ от 14.03.96 г. № 90 «О порядке проведения предварительных и периодических медицинских осмотров работников и медицинских регламентах допуска к профессии».</p> <p>Приказ Минздравсоцразвития РФ от 16.08.2004 № 83 «Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и порядка проведения этих осмотров (обследований)».</p>
7	<p><b>Применный список работников, обязанных проходить медицинские осмотры.</b> (ТК РФ ст.213,266)</p> <p>Контингенты, подлежащие предварительным и периодическим медицинским осмотрам, определяет ежегодно ЦГЭСН совместно с работодателем и профсоюзным органом организации.</p>	<p>Приказ Минздравсоцразвития России от 12.04.2011 N 302н (ред. от 05.12.2014) "Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых.</p>
7.1.	<p><b>График проведения периодических медицинских осмотров.</b></p> <p>Составляется отделом кадров совместно с руководителями подразделений.</p>	
8	<p><b>Трудовой договор.</b> (ТК РФ ст.56, 57, 59, 63, 253, 265)</p> <p>Разработка и обеспечение организации</p>	

№ п/п	Локальные и иные нормативно-правовые акты по охране труда	Нормативно-правовые акты по охране труда
	бланками трудового договора. Ознакомление вновь принимаемых на работу с условиями труда, предоставлением компенсаций за тяжелую работу и работу с вредными и (или) опасными условиями труда.	
9.	<b>Документы по вводному инструктажу:</b> (ТК РФ ст.225)	Постановление Минтруда РФ и Минобразования РФ от 13.01.2003 № 1/29 «Об утверждении Порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций». ГОСТ 12.0.004-90 ССБТ «ССБТ. Организация обучения безопасности труда» п.7.1., п.7.1.4. (приложение 3), п.7.1.5. (приложение 4).
9.1.	<b>Программа вводного инструктажа.</b> Разрабатывается службой (специалистом) охраны труда и утверждается руководителем организации и согласовывается с профсоюзным органом.	
9.2.	<b>Журнал регистрации вводного инструктажа.</b> Вводный инструктаж проводится со всеми вновь принимаемыми на работу. (ТК РФ ст.225)	
10.	<b>Документы по инструктажу на рабочем месте (ТК РФ ст.225):</b> Виды инструктажей: 1.Первичный на рабочем месте. 2.Повторный. 3.Внеплановый. 4. Целевой.	Постановление Минтруда РФ и Минобразования РФ от 13.01.2003 № 1/29 «Об утверждении Порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций». ГОСТ Р 12.0.006-2002 «ССБТ. Общие требования к управлению охраной труда в организации». ГОСТ 12.0.004-90 «Система стандартов безопасности труда. Организация обучения безопасности труда».
10.1.	<b>Программа первичного инструктажа на рабочем месте.</b> Разрабатывается и утверждается руководителями подразделений для отдельных профессий или видов работ с учетом требований и согласовывается со службой (специалистом) охраны труда и профсоюзным органом подразделения. Журнал регистрации инструктажа на рабочем месте.	
10.2.	<b>Перечень профессий и должностей работников, освобожденных от первичного инструктажа.</b> Освобождаются лица, не связанные с обслуживанием, испытанием, монтажом, наладкой и ремонтом оборудования, использованием инструмента, хранением и применением сырья и материалов.	
11.	<b>Документы по обучению и проверке знаний по охране труда.</b> (ТК РФ ст.225)	Постановление Минтруда РФ и Минобразования РФ от 13.01.2003 № 1/29 «Об утверждении Порядка

№ п/п	Локальные и иные нормативно-правовые акты по охране труда	Нормативно-правовые акты по охране труда
11.1	<p><b>Приказ о назначении комиссии по проверке знаний требований охраны труда.</b> Создается в составе не менее 3-х человек, прошедших обучение по охране труда и проверку знаний требований охраны труда в установленном порядке.</p>	<p>обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций». ГОСТ 12.0.004-90 «ССБТ. Организация обучения безопасности труда».</p>
11.2.	<p><b>График проведения проверки знаний по охране труда.</b></p>	
11.3.	<p><b>Программы обучения.</b></p>	
11.4	<p><b>Утвержденный перечень работ и профессий, по которым проводят обучение</b></p>	
11.5	<p><b>Протоколы проверки знаний по охране труда.</b></p>	
11.6	<p><b>Удостоверения о проверке знаний по охране труда.</b></p>	
11.7	<p><b>Журнал выдачи удостоверений о проверке знаний по охране труда</b></p>	
12.	<p><b>Документы по разработке и утверждению инструкций по охране труда. (ТК РФ ст.212, 214)</b></p>	
12.1	<p><b>Перечень профессий и видов работ, для которых должны быть разработаны инструкции по охране труда. Утверждается руководителем.</b></p>	
12.2	<p><b>Приказ (распоряжение) о разработке инструкций по охране труда для работников.</b></p>	
12.3	<p><b>Журнал учета инструкций по охране труда для работников.</b></p>	
12.4	<p><b>Журнал учета выдачи инструкций по охране труда для работников.</b> Разрабатываемые инструкции по охране труда являются нормативными актами, устанавливающими требования по охране труда при выполнении работ в производственных помещениях, на территории предприятия, на строительных площадках и в иных местах, где производятся эти работы. Действующие в подразделении инструкции по охране труда для работников структурного подразделения организации, а также перечень этих инструкций хранится у руководителя этого подразделения.</p>	

№ п/п	Локальные и иные нормативно-правовые акты по охране труда	Нормативно-правовые акты по охране труда
13.	<p><b>Перечень профессий и должностей работников организации, имеющих право на бесплатное получение специальной одежды, специальной обуви и других средств индивидуальной защиты.</b> (ТК РФ ст.221)</p> <p>Средства индивидуальной защиты выдаются на работах с вредными и (или) опасными условиями труда, а также на работах, выполняемых в особых температурных условиях или связанных с загрязнением.</p>	<p>Приказ Минздравсоцразвития России от 01.06.2009 N 290н (ред. от 12.01.2015) "Об утверждении Межотраслевых правил обеспечения работников специальной одеждой, специальной обувью и другими средствами индивидуальной защиты"</p>
13.1	<p><b>Личная карточка учета выдачи спецодежды, спецобуви и других средств индивидуальной защиты.</b></p> <p>Выдача спецодежды, спецобуви и других средств индивидуальной защиты записывается в личную карточку, которая заводится на каждого работника и в которой он расписывается за получение спецодежды, спецобуви и других средств индивидуальной защиты.</p>	
14.	<p><b>Перечень профессий и должностей работников организации, имеющих право на бесплатное получение смывающих и обезвреживающих средств.</b> (ТК РФ ст.211)</p> <p>Смывающие (в том числе мыло) и обезвреживающие средства выдаются на работах с вредными и (или) опасными условиями труда, а также на работах, выполняемых в особых температурных условиях или связанных с загрязнением.</p>	<p>Приказ Минздравсоцразвития России от 17.12.2010 N 1122н (ред. от 20.02.2014) "Об утверждении типовых норм бесплатной выдачи работникам смывающих и (или) обезвреживающих средств и стандарта безопасности труда "Обеспечение работников смывающими и (или) обезвреживающими средствами"</p>
15.	<p><b>Перечень работ повышенной опасности, выполняемых по специальным правилам.</b> (ТК РФ ст.211, 212)</p> <p>В перечне приводится наименование работ и документ, регламентирующий порядок выполнения этих работ.</p>	<p>Межотраслевые правила по охране труда. Отраслевые правила по охране труда. Правила устройства и безопасной эксплуатации. Правила безопасности.</p>
16.	<p><b>Перечень видов работ (мест производства, условий), на выполнение которых необходимо выдавать наряд-допуск.</b> (ТК РФ ст.211, 212)</p> <p>Перечень составляется в соответствии со спецификой организации и</p>	<p>Межотраслевые правила по охране труда. Отраслевые правила по охране труда. СНиП 12-03-2001. «Безопасность труда в строительстве».</p>

№ п/п	Локальные и иные нормативно-правовые акты по охране труда	Нормативно-правовые акты по охране труда
	<p>утверждается ее руководителем. Он не распространяется на работы повышенной опасности, выполняемые по специальным правилам.</p> <p>К выполнению работ повышенной опасности допускаются инженерно - технические работники и рабочие, имеющие специальность и квалификацию, соответствующие характеру проводимых работ, не моложе 18 лет, прошедшие медицинское освидетельствование.</p>	
17.	<p><b>Журнал регистрации нарядов-допусков.</b> (ТК РФ ст.211, 212)</p> <p>Журнал хранится в подразделении организации. В журнале указывается дата выдачи, номер наряда-допуска, фамилия выдающего наряд, фамилия производителя работ, место производства работ, дата закрытия наряда-допуска, фамилия закрывающего.</p>	<p>Межотраслевые правила по охране труда.</p> <p>Отраслевые правила по охране труда.</p>
18.	<p><b>Перечень тяжелых работ и работ с вредными и опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда женщин.</b> (ТК РФ ст.211, 212)</p> <p>С учетом особенностей и специфики предприятия (организации).</p>	<p>Постановление Правительства РФ от 25.02.2000 № 162 «Об утверждении перечня тяжелых работ и работ с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда женщин».</p>
19.	<p><b>Перечень тяжелых работ и работ с вредными и опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда несовершеннолетних.</b> (ТК РФ ст.211, 212)</p> <p>С учетом особенностей и специфики предприятия (организации).</p>	<p>Постановление Правительства РФ от 25.02.2000 № 163 «Об утверждении перечня тяжелых работ и работ с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда лиц моложе восемнадцати лет».</p>
20.	<p><b>Перечень профессий и видов работ, к которым предъявляются дополнительные требования безопасности труда.</b> (ТК РФ ст.211, 212)</p> <p>К выполнению работ, к которым предъявляются дополнительные требования по безопасности труда, допускаются лица не моложе 18 лет, прошедшие медицинский осмотр и признанные годными, имеющими профессиональные навыки, после прохождения обучения безопасным методам и приемам работ и получении</p>	<p>Межотраслевые правила по охране труда.</p> <p>Отраслевые правила по охране труда.</p>

№ п/п	Локальные и иные нормативно-правовые акты по охране труда	Нормативно-правовые акты по охране труда
	соответствующего удостоверения.	
21.	<p><b>Документы по организации комитета (комиссии) по охране труда и уполномоченных по охране труда.</b> (ТК РФ ст.218)</p> <p>В организациях по инициативе работодателя и (или) по инициативе работников либо их представительного органа создаются комитеты (комиссии) по охране труда.</p>	<p>Приказ Минтруда России от 25.06.2014 N 417</p> <p>"О признании утратившими силу приказа Минздравсоцразвития России от 29 мая 2006 г. N 413 и пункта 8 приложения N 1 к приказу Минтруда России от 12 февраля 2014 г. N 96"</p> <p>Типовые отраслевые (межотраслевые) инструкции по охране труда.</p>
21.1	<p><b>Распорядительные документы о создании комитета (комиссии) по охране труда.</b> Выдвижение в комитет представителей работников, профессиональных союзов и иных уполномоченных работниками представительных органов проводится на общем собрании (конференции) трудового коллектива, представители работодателей назначаются приказом (распоряжением) по организации.</p>	
21.2	<p><b>Положение о комитете (комиссии) по охране труда.</b></p>	
21.3	<p><b>Планы работы, утвержденные председателем комитета (комиссии).</b></p>	
22	<p><b>Мероприятия по охране труда.</b> (ТК РФ ст. 21, 22, 40-51, 212, 226, 370)</p> <p>Мероприятия по охране труда оформляются соглашением по охране труда, которое является частью <b>коллективного договора</b>. Соглашение по охране труда – правовая форма планирования и проведения мероприятий по охране труда с указанием сроков выполнения и ответственных лиц.</p>	
23.	<p><b>Документы по расследованию и учету несчастных случаев на производстве.</b> (ТК РФ ст.227-231)</p>	<p>Постановление Минтруда РФ от 24.10.2002. № 73 «Об утверждении форм документов, необходимых для расследования и учета несчастных случаев на производстве, и Положение об особенностях расследования несчастных случаев на производстве в отдельных отраслях и организациях».</p> <p>Приказ Минздравсоцразвития РФ от 24.02.2005 № 160 «Об определении</p>
23.1	<p><b>Распорядительные документы о назначении комиссии по расследованию несчастного случая на производстве.</b></p>	
23.2	<p><b>Сообщения о групповом, тяжелом, смертельном несчастном случае на производстве.</b></p>	

№ п/п	Локальные и иные нормативно-правовые акты по охране труда	Нормативно-правовые акты по охране труда
23.3	<b>Акты о расследовании группового, тяжелого, смертельного несчастного случае на производстве</b>	степени тяжести повреждения здоровья при несчастных случаях на производстве».
23.4	<b>Акт о несчастном случае на производстве (форма Н-1).</b>	
23.5	<b>Документы, прилагаемые к акту расследования несчастного случая на производстве.</b>	
23.6	<b>Сообщения о последствиях несчастного случая на производстве.</b>	
23.7	<b>Журнал регистрации несчастных случаев на производстве.</b> Срок хранения документов 45 лет.	
24.	<b>Сведения о травматизме на производстве, профессиональных заболеваниях и материальных затратах, связанных с ними. (ТК РФ ст.210)</b> Представляется в орган государственной статистики раз в год и вышестоящему органу.	Форма №7 – травматизм, утверждена Постановлением Федеральной службы государственной статистики (утверждается ежегодно). Краткие указания по заполнению формы Приказ Минздрава РФ от 28.05.2001 №176 «О совершенствовании системы расследования и учета профессиональных заболеваний в Российской Федерации».
25	<b>Сведения о состоянии условий труда, льготах и компенсациях за работу в неблагоприятных условиях труда. (ТК РФ ст.210)</b> Представляется в орган государственной статистики один раз в год по их запросу.	Форма 1-Т (условия труда) утверждена Постановлением Федеральной службы государственной статистики (утверждается ежегодно). Порядок заполнения и представления формы государственного статистического наблюдения (государственной статистической отчетности).
26.	<b>Сертификат безопасности. (ТК РФ ст.212)</b> Выдается после проведения сертификации работ по охране труда органом по сертификации.	
27.	<b>Нормативные документы и материалы по аттестации рабочих мест по условиям труда. (ТК РФ ст.212)</b>	Федеральный закон от 28.12.2013 N 426-ФЗ (ред. от 13.07.2015) "О специальной оценке условий труда" Постановление Правительства РФ от 14.04.2014 N 290 (ред. от 25.04.2015) "Об утверждении перечня рабочих мест в организациях, осуществляющих отдельные виды деятельности, в отношении которых специальная оценка условий труда проводится с учетом устанавливаемых
27.1.	<b>Приказ о создании постоянно-действующей комиссии по аттестации рабочих мест по условиям труда.</b>	
27.2.	<b>Материалы по аттестации рабочих мест по условиям труда:</b>	
27.2.1.	<b>Карта аттестации рабочих мест по условиям труда;</b>	



№ п/п	Локальные и иные нормативно-правовые акты по охране труда	Нормативно-правовые акты по охране труда
27.2.2.	<b>Ведомость рабочих мест и результаты их аттестации по условиям труда в подразделении;</b>	уполномоченным федеральным органом исполнительной власти особенностей"
27.2.3.	<b>Сводная ведомость рабочих мест по условиям труда в организации;</b>	Приказ Минтруда России от 24.01.2014 N 33н
27.2.4.	<b>План мероприятий по улучшению и оздоровлению условий труда в организации.</b> Материалы аттестация рабочих мест по условиям труда являются документами строгой отчетности и подлежат хранению в течение 45 лет.	(ред. от 07.09.2015) "Об утверждении Методики проведения специальной оценки условий труда, Классификатора вредных и (или) опасных производственных факторов, формы отчета о проведении специальной оценки условий труда и инструкции по ее заполнению" (Зарегистрировано в Минюсте России 21.03.2014 N 31689)
28.	<b>Перечень профессий и должностей работников организации, имеющих право на дополнительную оплату при выполнении работ в условиях труда, отклоняющихся от нормальных.</b> Оплата труда работников, занятых на тяжелых работах, работах с вредными условиями труда, производится в повышенном размере. Повышение зарплаты на указанных работах производится по результатам аттестации рабочих мест.	ТК РФ ст.146, 147
29.	<b>Перечень профессий и должностей работников организации, имеющих право на дополнительный отпуск и сокращенный рабочий день за работу во вредных условиях труда.</b>	ТК РФ ст.92, 116, 117
31.	<b>Перечень профессий и должностей работников организации, имеющих право на пенсию за особые условия труда.</b>	Федеральный закон от 17.12.2001 №173-ФЗ ст.27,28 «О трудовых пенсиях в РФ».
32.	<b>Документы, подтверждающие страхование работников от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний.</b> (ТК РФ ст.212) Регистрация страхователя (юридического или физического лица) производится в региональном отделении Фонда социального страхования РФ.	Федеральный закон от 24.07.98 г. №125-ФЗ «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний». Постановление Правительства РФ от 01.12.2005 № 713 «Об утверждении Правил отнесения видов экономической деятельности к классу профессионального риска».

## Образцы инструкций по охране труда

### Инструкция по охране труда и мерам безопасности для тренера/тренера-преподавателя

#### 1. Общие требования безопасности

Настоящая инструкция является обязательной для тренера/тренера-преподавателя при организации образовательного процесса и проведении тренировочных занятий по виду спорта.

Тренер/тренер-преподаватель в своей практической деятельности должен руководствоваться настоящей инструкцией, государственными актами и документами по охране труда, и осуществлять контроль соблюдения обучающимися/спортсменами правил и инструкций по охране труда.

Тренер/тренер-преподаватель, проводящий тренировочные занятия по виду спорта, реализующий образовательный процесс, несёт ответственность за сохранность жизни и здоровья занимающихся.

#### **Тренер/тренер-преподаватель должен:**

повышать квалификацию не реже 1 раза в 5 лет по охране труда;

принимать участие в испытании гимнастических снарядов и оборудования;

вносить предложения по улучшению условий проведения образовательного/тренировочного процессов;

организовывать изучение обучающимися правил по охране труда в быту и т. д.;

знать подготовленность и функциональные возможности каждого обучающегося/спортсмена, а также результаты медицинского осмотра.

## **2. Требования безопасности перед началом проведения занятий**

Необходимо проводить инструктаж с обучающимися, спортсменами по безопасности на тренировочных занятиях с обязательной регистрацией в журнале;

организовать для занимающихся помещение для переодевания (отдельно мальчикам и девочкам);

убедиться в том, что все обучающиеся переоделись, закрыть раздевалки на ключ;

контролировать соблюдение правил поведения обучающимися/спортсменами в раздевалках;

обеспечить безопасное проведение тренировочного занятия;

провести тщательный осмотр места проведения занятия;

предусмотреть меры безопасности при выполнении физических упражнений;

проверить исправность спортивного инвентаря и оборудования, надежность установки и крепления;

проветрить помещение при помощи естественной или принудительной вентиляции;

при недостаточном естественном освещении включить осветительные приборы;

проверить состояние запасного выхода при проведении занятий в спортзале.

## **3. Требования безопасности во время проведения занятий**

Необходимо соблюдать принципы доступности, последовательности при обучении и тренировке, соответствие даваемых упражнений и нагрузок образовательной программе по виду спорта;

проводить разминку и увеличивать время, отведенное на нее, при сильном ветре, пониженной температуре и повышенной влажности;

снизить нагрузку или увеличить время отдыха при появлении у занимающихся признаков утомления;

обеспечивать страховку при выполнении сложных технических элементов;

контролировать выполнение инструкций, правил поведения на занятии и принимать решение об отстранении занимающихся от участия в тренировочном процессе за грубое или систематическое их нарушение.

#### **4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях**

При жалобе на недомогание или плохое самочувствие немедленно направить спортсмена к врачу;

при порезах, ушибах, вывихах, растяжении, переломах принять меры по оказанию первой доврачебной помощи и вызвать «скорую помощь»:

**порез** — промыть рану дезинфицирующим раствором, обработать ее по краям йодом, наложить повязку. При сильном кровотечении наложить жгут выше места кровотечения, ранения. Место наложения жгута покрыть слоем марли. Сразу же после наложения его следует замаркировать (число, месяц, часы, минуты). На рану положить давящую повязку;

**ушиб** — положить холодный компресс, забинтовать место ушиба,

**вывих** — создать полную неподвижность и немедленно госпитализировать (вправлять вывих неспециалисту запрещено);

**растяжение** — наложить на болезненную область холодный компресс на 10—15 мин. Если отек не уменьшился, то менять холодные компрессы каждые 15 минут пока отек не уменьшится. На конечность наложить плотную повязку;

**перелом** — остановить кровотечение, наложить шину, захватывая не менее 2 суставов выше и ниже места перелома. Под шину положить что-либо мягкое, после чего ее необходимо прибинтовать (плотно). Всегда фиксировать конечности в том положении, в котором они находятся;

оперативно извещать руководство о каждом несчастном случае;

при пожаре в спортивном зале открыть запасные выходы и организованно вывести занимающихся согласно плану эвакуации в

безопасное место, сообщить о пожаре в пожарную часть и приступить к ликвидации очага возгорания.

## **5. Требования безопасности по окончании занятий**

Необходимо организовать обучающихся для уборки спортивного инвентаря и оборудования в места его хранения;

организованно вывести обучающихся с места проведения занятия;

произвести тщательный осмотр места проведения занятия, выключить освещение, закрыть на ключ все подсобные помещения и спортзал;

довести до сведения ответственного за спортзал и спортплощадку обо всех недостатках в обеспечении тренировочного процесса.

## **Инструкция по охране труда инструктора–методиста**

### **1. Общие требования безопасности**

К работе инструктором-методистом допускаются лица без медицинских противопоказаний, прошедшие инструктаж по охране труда.

Опасные факторы в работе:

нарушение остроты зрения при недостаточной освещенности в кабинете;

поражение электрическим током при неисправном электрооборудовании;

гиподинамия с вытекающими осложнениями здоровья.

### **2. Требования безопасности перед началом работы**

Включить полностью освещение, убедиться в исправной работе светильников (освещенность должна быть не менее 300 сек);

убедиться в исправности электрооборудования кабинета: светильники должны быть надежно подвешены к потолку, корпуса и крышки выключателей и розеток не должны иметь трещин и сколов, оголенных контактов;

при работе с оргтехникой:

ликвидировать возможность отсвечивания бликов естественного и искусственного освещения с монитора компьютера;

следить за соблюдением расстояния (600-700 мм) от экрана монитора до глаз;

не допускать использования неисправного оборудования;

проверять состояние цельности изоляции электрических проводов;

не допускать работы на мониторе с не наведенными предельно четкими и ясно буквенными, цифровыми и графическими, стабильными изображениями;

2-3 раза в месяц визуально осуществлять контроль четкости изображения экранов мониторов;

при наличии мерцаний на экране работу на мониторе приостанавливать;

не допускать работы на мониторе без защитных экранов или очков;

все ремонтные работы оргтехники выполняется специалистами;

постоянно поддерживать относительную влажность и скорость движения воздуха путем использования приточно-вытяжной вентиляции кондиционеров;

через каждые 15-25 минут работы с экраном дисплея организовывать перерывы и проведение специальных физических упражнений, снимающих позо-статическое напряжение, зрительное и общее утомление;

убедиться в правильной расстановке мебели: расстояние между внутренней стеной кабинета и столами должно быть не менее 0,7 м. Свет должен падать с левой стороны;

проверить санитарное состояние кабинета и проветрить его, убедиться в целостности стекол в окнах;

убедиться в том, что температура воздуха в кабинете находится в пределах 20 градусов С.

### **3. Требования безопасности во время работы**

Необходимо обеспечивать надлежащее естественное освещение;

организовывать очищение стекол окон от пыли и грязи 4 раза в год, очистку светильников не реже 4-х раз в год;

при открывании окон рамы фиксировать в открытом положении стопорными механизмами;

при открывании фрамуг использовать в обязательном порядке ограничители.

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

При прорыве системы отопления перекрыть задвижки в тепловом узле здания и вызвать слесаря-сантехника;

при возникновении пожара в служебном кабинете немедленно прекратить работу, эвакуировать работников из кабинета, сообщить о пожаре в пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения;

при получении работником травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в больницу, сообщить родственникам.

#### **5. Требования безопасности по окончании работы**

Выключить электроприборы, проветрить помещение, закрыть окна, фрамугу, выключить свет.

### **Вводный инструктаж по охране труда и мерам безопасности для спортсменов по видам спорта**

#### **Основные понятия вида спорта**

Вид спорта (указать какой) — органическая составная часть общей культуры общества и личности, вид социальной деятельности людей, направленный на укрепление здоровья и развитие их физических способностей, на достижение спортивного совершенства, на подготовку к жизненной практике.

Спортсмен — человек, систематически занимающийся определённым видом спорта, для укрепления своего здоровья, гармоничного развития и физического совершенствования.

Физическое развитие — это биологический процесс становления и применения форм и функций человеческого организма, совершающийся под влиянием наследственности, условий жизни и воспитания.

Программа определённого вида спорта предусматривает изучение учащимися теоретических тем и овладение навыками приёмов и физических упражнений.

### **1. Общие требования безопасности**

#### **Спортсмен должен:**

пройти медицинский осмотр;

иметь опрятную спортивную форму (трусы, майку, футболку, спортивный костюм, трико, чистую обувь: кеды, кроссовки), соответствующую погодным условиям и виду спорта;

выходить из раздевалки по первому требованию тренера-преподавателя;

после болезни предоставить тренеру-преподавателю справку от врача;

бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и использовать его по назначению;

иметь коротко остриженные ногти;

знать и выполнять инструкцию по мерам безопасности.

#### **Запрещается:**

резко открывать двери и виснуть на них, выключать свет, трогать плафоны в раздевалке, спортивном зале;

вставлять в розетки посторонние предметы;

пить холодную воду до и после учебно-тренировочного занятия;

заниматься на непросохшей площадке, скользком и неровном грунте.



## **2. Требования безопасности перед началом занятий**

Занимающийся должен переодеться в раздевалке, надеть спортивную форму и обувь;

снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (серьги, часы, браслеты и т. д.);

убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы;

под руководством тренера-преподавателя приготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;

с разрешения тренера-преподавателя выходить на место проведения занятия;

по команде тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

## **3. Требования безопасности во время занятий**

Спортсмену необходимо внимательно слушать и четко выполнять задания тренера-преподавателя;

брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения тренера-преподавателя;

во время передвижений смотреть вперед, соблюдать достаточные интервал и дистанцию, избегать столкновений;

выполнять упражнения с исправным инвентарем и заниматься на исправном оборудовании.

### **Запрещается:**

покидать место проведения занятия без разрешения тренера-преподавателя;

совершать хаотичные движения (толкаться, ставить подножки в строю и движении);

залезать на баскетбольные фермы, виснуть на кольцах;

жевать жевательную резинку;

мешать и отвлекать при объяснении заданий и выполнении упражнений;

выполнять упражнения с влажными ладонями;

резко изменять направление своего движения.

#### **4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях**

При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность тренера-преподавателя;

с помощью тренера-преподавателя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать скорую помощь;

при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организовано, под руководством тренера-преподавателя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;

по распоряжению тренера-преподавателя поставить в известность администрацию учреждения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

#### **5. Требования безопасности по окончании занятий**

Спортсмен обязан под руководством тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

организовано покинуть место проведения занятия;

переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;

вымыть с мылом руки.

### **Инструкция для спортсменов по охране труда и мерам безопасности при занятиях на открытых спортивных площадках**

#### **1. Общие требования безопасности**

Состояние спортивной площадки должно соответствовать санитарно-гигиеническим требованиям.

Нестандартное оборудование должно быть надежно закреплено и находиться в исправном состоянии.

**К занятиям допускаются спортсмены:**

прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к учебно-тренировочным занятиям;

прошедшие инструктаж по мерам безопасности;

имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий. Обувь должна быть на подошве, исключающей скольжение, плотно облегающую ногу и не затруднять кровообращение. При сильном ветре, пониженной температуре и повышенной влажности одежда должна соответствовать погодным условиям.

### **Спортсмен должен:**

бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;

быть внимательным при перемещениях по стадиону;

знать и выполнять настоящую инструкцию.

За несоблюдение мер безопасности спортсмен может быть не допущен или отстранен от участия в тренировочном процессе.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий**

Переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь; снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, висюльки, сережки и т. д.);

убрать из карманов спортивной формы колющие и другие посторонние предметы;

организованно выйти с тренером-преподавателем через центральный выход здания или запасный выход спортзала на место проведения занятий;

под руководством тренера-преподавателя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;

убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии;

инвентарь, необходимый для проведения занятий, переносить к месту занятий в специальных приспособлениях под руководством тренера-преподавателя;

по распоряжению тренера-преподавателя убрать посторонние предметы с беговой дорожки, ямы для прыжков и т. д.;

по команде тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

### **3. Требования безопасности во время проведения занятий**

внимательно слушать объяснения упражнений и правильно их выполнять;

брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения только с разрешения тренера-преподавателя;

выполнять упражнения только на исправном оборудовании;

при выполнении упражнений потоком соблюдать необходимые интервал и дистанцию;

быть внимательным при перемещениях по спортивной площадке: не мешать другим, не совершать хаотичных движений (подножки, толкание и т.п.), избегать столкновений;

не покидать территорию спортивной площадки без разрешения.

### **4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях**

При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность тренера-преподавателя;

с помощью тренера-преподавателя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;

при возникновении пожара немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством тренера-преподавателя покинуть место проведения занятия;

по распоряжению тренера-преподавателя поставить в известность руководство учреждения, спортивного объекта и сообщить о пожаре в пожарную часть.

## **5. Требования безопасности по окончании занятий**

Под руководством тренера-преподавателя спортсмен должен убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

место проведения тренировки покинуть организованно;

переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;

вымыть с мылом руки.

## **Инструкция по мерам безопасности для спортсменов при занятиях в спортивном зале**

### **1. Общие требования безопасности**

Занятия в спортзале проводятся только с исправным спортивным инвентарем и оборудованием.

Спортивный зал должен быть оборудован средствами пожаротушения (огнетушитель) и иметь аптечку, укомплектованную необходимыми медикаментами и перевязочным материалом, для оказания первой доврачебной помощи пострадавшим.

#### **К занятиям в спортивном зале допускаются:**

прошедшие медицинский осмотр и допущенные врачом к тренировочным занятиям;

прошедшие инструктаж по мерам безопасности;

имеющие спортивную обувь и форму, не стесняющую движений и соответствующую теме и условиям проведения занятий.

#### **Спортсмен должен:**

иметь коротко стриженные ногти;

заходить в спортзал, брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения тренера/тренера-преподавателя;

бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию, не использовать его не по назначению;

знать и выполнять настоящую инструкцию спортсмен может быть не допущен или отстранен от участия в тренировочном процессе;

перед началом занятий переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;

снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (часы, висючие сережки и т. д.);

убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы;

под руководством тренера/тренера-преподавателя подготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятий;

убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии;

по команде тренера/тренера-преподавателя встать в строй для общего построения.

## **2. Требования безопасности во время занятий**

Необходимо внимательно слушать объяснение упражнения и аккуратно выполнять задания;

брать спортивный инвентарь с разрешения тренера-преподавателя и использовать оборудование по его назначению, не виснуть на баскетбольных фермах и кольцах;

выполнять упражнения на исправных снарядах с разрешения тренера-преподавателя, а сложные технические элементы со страховкой;

при выполнении упражнений потоком соблюдать достаточный интервал и дистанцию;

при перемещениях по залу избегать столкновений;

не покидать место проведения занятия без разрешения тренера-преподавателя.

## **4. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях**

При получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность тренера-преподавателя;

с помощью тренера оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;

при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством тренера-преподавателя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;

По распоряжению учит тренера-преподавателя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

## **5. Требования безопасности по окончании занятий**

Под руководством тренера-преподавателя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;

организованно покинуть место проведения занятия;

переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь.

вымыть с мылом руки.

## **Инструкция по охране труда при занятиях на горнолыжном склоне**

### **1. Общие требования безопасности**

К занятиям на горнолыжном склоне допускаются спортсмены, прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и допущенные к занятиям по состоянию здоровья.

При проведении занятий по горнолыжному спорту, фристайлу и сноуборду возможно действие на занимающихся следующих опасных факторов:

обморожение или переохлаждение,

потертости от неправильно подобранной горнолыжной и сноубордической обуви,

травмы при падении и столкновении на склоне и трассе подъема,

травмы при выполнении упражнений без разминки.

При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

В наличии должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными материалами для оказания первой доврачебной помощи.

Занятия на склоне проводятся при температуре воздуха не ниже  $-20^{\circ}\text{C}$  (без ветра) и не ниже  $-15^{\circ}\text{C}$  (с ветром).

Запрещается выходить на склон без задания тренера-преподавателя.

Спортсмены, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции по технике безопасности, привлекаются к ответственности и немедленно отстраняются от занятий до повторного прохождения инструктажа, а со всеми остальными занимающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда и технике безопасности.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий**

Необходимо тщательно проверить, подогнать личный спортивный инвентарь (лыжи, крепления, палки, шлем, защиту) и подготовить его к использованию;

использовать вид спортивной формы в зависимости от погодных условий;

проверить место занятий и качество подготовки склона. На склоне не должно быть посторонних лиц и предметов, которые могут стать причиной травмы;

надеть спортивную форму.

## **3. Требования безопасности во время занятий**

Спортсмены должны соблюдать дисциплину, строго выполнять все требования и указания тренера-преподавателя. Без разрешения тренера-преподавателя запрещается выполнять упражнения, включая виды упражнений, не требующих страховки;

провести разминку.

при падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы;



во время занятий запрещается жевать и употреблять пищу.

Прежде чем начать спуск и перейти на трассу, необходимо убедиться в безопасности движения, внимательно осмотрев верхнюю часть склона.

Скорость спуска и перемещение на склоне должны соответствовать технической подготовленности и физическим возможностям обучающегося, а также необходимо учитывать состояние трассы, рельеф и погодные условия.

Находясь наверху, следует выбирать такое направление спуска, чтобы гарантировать безопасность нижерасположенных лыжников.

Обгон лыжника сверху и снизу, слева и справа должен выполняться широким маневром, чтобы обгоняемый мог заметить обгоняющего.

Важно строго соблюдать правила поведения на канатном подъемнике. Во время подъема на канатной дороге лыжи необходимо держать параллельно, расставленными на ширину плеч. В случае падения стараться быстро освободить колею трассы подъема.

При сильном морозе и ветре следить за товарищами и сообщать о первых признаках обморожения.

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного инвентаря.

При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю;

при получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение. О каждом несчастном случае, травме тренер обязан немедленно сообщить администрации спортивной школы.

#### **5. Требования безопасности по окончании занятий**

Снять спортивную форму и спортивный инвентарь;

принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом;

проверить исправность формы, спортивного инвентаря и оборудования;

убрать спортивный инвентарь и форму в отведенное для хранения место.

## **Инструкция по охране труда при проведении спортивных соревнований**

### **1. Общие требования безопасности**

К спортивным соревнованиям допускаются обучающиеся спортивной школы, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

Участники спортивных соревнований обязаны соблюдать правила их проведения.

При проведении спортивных соревнований возможно воздействие на спортсменов следующих опасных факторов:

травмы при проведении спортивных соревнований с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;

травмы при проведении спортивных соревнований в связи с неиспользованием спортсменом средств защиты предписанных правилами;

травмы при падении на скользком грунте или твердом и скользком покрытии;

травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре, при падениях во время состязания;

травмы и утопления во время проведения спортивных соревнований по плаванию при прыжках в воду головой вниз на мелком месте или нахождении рядом других участников соревнований;

проведение соревнований без разминки.

При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который

сообщает об этом администрации школы. При неисправности спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

Спортивные соревнования необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующих виду соревнований, сезону и погоде.

Во время соревнований участники должны соблюдать правила ношения спортивной формы и спортивного инвентаря, правила личной гигиены.

Лица, допустившие невыполнение или нарушение настоящей инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми спортсменами проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

## **2. Требования безопасности перед началом соревнований**

Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую сезону и погоде;

проверить исправность и надежность установки спортивного инвентаря и оборудования;

провести разминку.

## **3. Требования безопасности во время проведения соревнований**

Начинать соревнования и заканчивать их только по команде судьи соревнований;

соблюдать правила проведения соревнований, строго выполнять все команды, подаваемые судьей;

избегать столкновения с другими участниками соревнований, не допускать толчков и ударов по их рукам и ногам;

при падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

## **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

При плохом самочувствии, появлении во время занятий боли прекратить участие в соревнованиях и сообщить об этом судье соревнований;

при возникновении неисправности спортивного инвентаря и оборудования прекратить соревнования и сообщить об этом судье

соревнований. Соревнования продолжать только после устранения неисправностей или замене спортивного инвентаря и оборудования.

при получении травмы участником соревнований немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом судье или администрации школы, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

#### **5. Требования безопасности по окончании соревнований**

Снять спортивную обувь и спортивный костюм;

принять душ или тщательно вымыть лицо и руки мылом;

убрать спортивный инвентарь в отведенное для хранения место.

## **Образцы инструкций по охране труда и технике безопасности при проведении занятий (по видам спорта)**

### **Инструкция по охране труда при проведении занятий по хоккею с шайбой**

#### **1. Общие требования безопасности**

1.1. К занятиям на льду хоккейного корта допускаются лица, прошедшие инструктаж по технике безопасности, медицинский осмотр и допущенные к занятиям по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий по хоккею возможно действие на спортсменов следующих опасных факторов: травмы при применении силовых приемов, обморожение или переохлаждение, потертости от коньков, травмы при падении на льду, травмы при выполнении упражнений без разминки, травмы при попадании шайбы, ударе клюшкой, коньками в незащищенные места.

1.3. При проведении занятий необходимо соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.4. В наличии должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными материалами для оказания первой доврачебной помощи.

1.5. Занятия на льду открытого хоккейного корта проводятся при температуре воздуха не ниже  $-25^{\circ}\text{C}$  (без ветра) и не ниже  $-20^{\circ}\text{C}$  (с ветром).

1.6. Запрещается выходить на лед без задания тренера-преподавателя.

1.7. Спортсмены, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции, привлекаются к ответственности и немедленно отстраняются от занятий до повторного прохождения инструктажа, а с остальными занимающимися проводится внеплановый инструктаж по охране труда и технике безопасности.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий**

2.1. Тщательно проверить личный спортивный инвентарь (коньки, защитная форма).

2.2. Проверить заточку коньков, при необходимости заточить коньки до начала занятий.

2.3. Использовать вид спортивной формы в зависимости от погодных условий.

2.4. Проверить место занятий и качество льда. На льду не должно быть посторонних лиц и предметов, которые могут стать причиной травмы. За воротами и в 10м от них не должны находиться посторонние лица.

2.5. Надеть хоккейную форму (шлем, маску, наплечники, налокотники, щитки, раковину, трусы хоккейные, краги, коньки).

## **3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. Соблюдать дисциплину, строго выполнять все требования и указания тренера-преподавателя. Без его разрешения запрещается уходить с ледового поля, выполнять упражнения, включая виды упражнений, не требующих страховки.

3.4. Провести разминку.

3.5. При падении необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

3.6. Во время занятий запрещается жевать и употреблять пищу.

3.7. Неукоснительно соблюдать правила игры при проведении силовых приемов.

3.8. Не кататься на тесных или свободных коньках

3.9. При сильном морозе и ветре следить за товарищами и сообщать о первых признаках обморожения.

## **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.**

4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру, администрации учреждения. Занятия продолжать только после исправления неисправности или замены спортивного инвентаря.

4.2. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

4.3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение. О каждом несчастном случае, травме тренер обязан немедленно сообщить администрации школы.

## **5. Требования безопасности по окончании занятий.**

5.1. Снять хоккейную форму.

5.2. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

5.3. Проверить исправность формы, спортивного инвентаря и оборудования, коньки зачехлить. Убрать спортивный инвентарь и форму в отведенное для хранения место.

## **Инструкция по охране труда при проведении занятий по художественной гимнастике**

### **1. Общие требования безопасности**

1.1. К занятиям художественной гимнастикой допускаются спортсмены, прошедшие медицинский осмотр, пригодные по состоянию здоровья, прошедшие инструктаж по охране труда.

1.2. Опасные факторы:

травмы при выполнении упражнений с непригодным спортивным инвентарём и принадлежностями, а также при выполнении упражнений без страховки;

травмы при выполнении гимнастических упражнений с нарушением требований безопасности.

1.3. Спортивный зал должен быть обеспечен огнетушителями и медицинской аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.4. После выполнения упражнений по гимнастике принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий**

2.1. Надеть спортивный костюм и при необходимости спортивную обувь с нескользкой подошвой.

2.2. Проверить места для занятий, гимнастический ковёр на соответствие требованиям безопасности.

2.3. Проверить надёжность крепления перекладин гимнастического станка.

## **3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. Не выполнять упражнения на гимнастическом ковре и на других учебных местах без присутствия тренера-преподавателя, а также без страховки.

3.2. При выполнении прыжков приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая.

3.3. Не стоять близко при выполнении упражнений к другим спортсменам.

3.4. Не выполнять упражнения на влажной и мокрой поверхности ковра или иного покрытия.

3.5. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.

## **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.**

4.1. При появлении во время занятий боли в руках, ногах, участках тела и внутренних органов, покраснения кожи или потертостей на ладонях и ногах, а также при плохом самочувствии, прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

4.2. При возникновении пожара в спортивном зале немедленно прекратить занятия, эвакуировать занимающихся из спортивного зала, сообщить о пожаре в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

4.3. При получении учащимся травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом руководству школы и родителям



пострадавшего, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

## **5. Требования безопасности по окончании занятий.**

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

5.2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

5.3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

## **Инструкция по охране труда при проведении занятий по легкой атлетике**

### **1. Общие требования безопасности**

1.1 Занятия по легкой атлетике проводятся на оборудованных для этого спортивных площадках и в спортзале.

1.2. К занятиям легкой атлетикой допускаются лица не младше 8-9 лет, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.3. При проведении занятий по легкой атлетике соблюдать правила поведения, расписание тренировочных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.4. При проведении занятий по легкой атлетике возможно воздействие на спортсменов следующих опасных факторов:

травмы при падении на скользком грунте или твердом покрытии;

травмы при нахождении в зоне броска во время занятий по метанию;

выполнение упражнений без разминки.

1.5. При проведении занятий по легкой атлетике должна быть медицинская аптечка, с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой медицинской помощи при травмах.

1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю, который сообщает об этом администрации учреждения. При неисправности

спортивного инвентаря прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

1.7. В процессе занятий обучающиеся должны соблюдать порядок проведения учебных занятий и правила личной гигиены.

1.8. Спортсмены, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми обучающимися спортивной школы, проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий**

2.1. Надеть спортивную костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой, плотно облегающую ногу и не стесняющую кровообращение.

2.2. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме – месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.

2.3. Под руководством тренера-преподавателя инвентарь, необходимый для проведения занятий, переносить к месту занятий в специальных приспособлениях.

2.4. Не переносить к месту занятий лопаты и грабли острием и зубьями вверх.

2.5. Убрать в безопасное место инвентарь, который не будет использоваться на занятии.

2.6. Протереть насухо спортивные снаряды для метания (диск, ядро и т.д.).

2.7. Провести разминку. При сильном ветре, пониженной температуре и повышенной влажности необходимо увеличивать время, отведенное на разминку перед выполнением легкоатлетических упражнений (разминка должна быть более интенсивной).

## **3. Требования безопасности во время занятий**

### **Бег**

Спортсмен должен:

при групповом старте на короткие дистанции бежать по своей дорожке; во время бега смотреть на свою дорожку;

после выполнения беговых упражнений пробегать по инерции 5—15 м, чтобы бегущий сзади имел возможность закончить упражнение;

возвращаться на старт по крайней дорожке, при старте на дистанции не ставить подножки, не задерживать соперников руками;

в беге на длинные дистанции обгонять бегущих с правой стороны;

при беге по пересеченной местности выполнять задание по трассе или маршруту, обозначенному тренером-преподавателем;

выполнять разминочный бег по крайней дорожке.

### **Прыжки**

Прыжковая яма должна быть заполнена песком на глубину 20—40 см. Перед прыжками необходимо тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме, убрать из нее грабли, лопаты и другие посторонние предметы.

Спортсмен должен:

грабли класть зубьями вниз;

не выполнять прыжки на неровном и скользком грунте;

выполнять прыжки, когда учитель дал разрешение и в яме никого нет;

выполнять прыжки поочередно, не перебегать дорожку для разбега во время выполнения попытки другим занимающимся;

после выполнения прыжка быстро освободить прыжковую яму и вернуться на свое место для выполнения следующей попытки с правой или левой стороны дорожки для разбега.

### **Метания**

Необходимо быть внимательным при упражнениях в метании.

Спортсмен должен:

перед выполнением упражнений по метанию убедиться в отсутствии людей в секторе метания;

производить метания только с разрешения тренера-преподавателя, не оставлять без присмотра спортивный инвентарь;

осуществлять выпуск снаряда способом, исключаящим срыв;

при групповом метании стоять с левой стороны от метającego;

в сырую погоду насухо вытирать руки и снаряд;

находясь вблизи зоны метания, следить за тем, чтобы выполняющий бросок был в поле зрения, не поворачиваться к нему спиной, не пересекать зону метаний бегом или прыжками;

после броска идти за снарядом только с разрешения тренера-преподавателя, не производить произвольных метаний;

при метании в цель предусмотреть зону безопасности при отскоке снаряда от земли;

не передавать снаряд для метания друг другу броском;

не метать снаряд в необорудованных для этого местах.

#### **4. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

При появлении болей, плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

#### **5. Требования безопасности по окончании занятий**

Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь. Хранить и переносить спортивный инвентарь для метаний следует в специальных укладках.

Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

Принять душ, или тщательно вымыть руки и лицо с мылом.

### **Инструкция по охране труда при проведении занятий по лыжному спорту**

#### **1. Общие требования охраны труда**

К занятиям по лыжам допускаются спортсмены, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

При проведении занятий по лыжам соблюдать правила поведения, расписание тренировочных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

При проведении занятий по лыжам возможно воздействие следующих опасных факторов:

обморожения при проведении занятий при ветре более 1,5-2,0 м/с и при температуре воздуха ниже -20° С;

травмы при ненадежном креплении лыж к обуви;

потертости ног при неправильной подгонке лыжных ботинок;

травмы при падении во время спуска с горы или при прыжках с лыжного трамплина.

При занятиях лыжами необходимо выполнять только те задания и упражнения, которые предусмотрены учебным планом. Запрещается выполнять задания и упражнения, противоречащие правилам техники безопасности.

Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

## **2. Требования охраны труда перед началом занятий**

Надеть легкую, теплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки и перчатки или варежки.

Проверить исправность лыжного инвентаря и подогнать крепление лыж к обуви. Лыжные ботинки должны быть подобраны по размеру ноги. Во избежание потертостей ног не ходить на лыжах в тесной или слишком свободной обуви. Крепление лыж к обуви должно быть удобным для пользования, прочным и надежным.

## **3. Требования охраны труда во время занятий**

Одежда для занятий на лыжах должна быть легкой, теплой, не стесняющей движений.

Получив инвентарь, необходимо проверить его исправность и подогнать крепление лыж к ботинкам в помещении базы.

Слушать внимательно объяснения тренера, соблюдать интервал при движении на лыжах по дистанции 3 - 4 м, при спусках не менее 30 м.

При спуске с горы не выставлять вперед лыжные палки.

После спуска с горы не останавливаться у подножия горы во избежание столкновений с другими лыжниками.

Прыгать с лыжного трамплина можно только после специальной подготовки на прыжковых лыжах.

#### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

При поломке или порче лыжного снаряжения и невозможности починить его в пути, сообщить об этом тренеру.

При первых признаках обморожения, а также при плохом самочувствии, сообщить об этом тренеру. Немедленно растереть поверхность тела рядом с обмороженным местом до порозовения, после чего слегка растереть непосредственно обмороженное место.

При получении травмы немедленно сообщить об этом тренеру.

#### **5. Требования охраны труда по окончании занятий**

Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

### **Инструкция по охране труда при проведении занятий по стрелковой подготовкой в биатлоне**

#### **1. Общие требования безопасности**

Учебно-тренировочные занятия по стрелковой подготовке в биатлоне проводятся в специально оборудованных для этого закрытых (тир) или открытых (стрельбище) спортсооружениях.

Занятия стрелковой подготовкой в биатлоне на открытых спортсооружениях проводятся при комфортных погодных условиях во все времена года, но зимой при температуре воздуха не ниже  $-25^{\circ}\text{C}$  (без ветра) и не ниже  $-20^{\circ}\text{C}$  (с ветром). Летние стрельбища проверяются на наличие клеща.

К учебно-тренировочным занятиям допускаются спортсмены:

прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний к занятиям по состоянию здоровья;

сдавшие зачет по правилам и мерам безопасности при стрельбе в тире и на стрельбище, прошедшие инструктаж по ОТ и ТБ при занятиях стрелковой подготовкой в биатлоне, получившие допуск к занятиям стрелковой подготовкой от тренера-преподавателя;

в спортивной форме, соответствующей санитарно-гигиеническим требованиям, сезону и удобной для занятий.

Тренировки проводятся согласно плану, утвержденному администрацией учреждения;

продолжительность занятий не превышает установленных режимом учебно-тренировочных занятий норм;

занятия начинаются и заканчиваются по команде тренера-преподавателя.

При проведении занятий по стрелковой подготовке в биатлоне возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

ушибы, растяжения плеча вследствие столкновений с прикладом винтовки (так называемой «отдачи»). Важно плотно прижимать ложе к плечу при выполнении выстрела;

ранения вследствие неосторожного обращения с огнестрельным оружием и нарушения правил и мер безопасности при стрельбе.

Важно помнить, что безопасность при стрельбе обеспечивается высокой дисциплинированностью всех ее участников и точным соблюдением каждым спортсменом установленных правил и мер безопасности при стрельбе, команд тренера-преподавателя;

укусы /или присасывание/ клеща - разносчика болезни Лайма, клещевого энцефалита, эрлихиоза особенно в весенне-летний период.

Важно одеждой закрывать открытые части тела и обязательно осматривать себя на наличие клещей каждые 30 минут и по окончании занятия. В случае обнаружения присосавшегося клеща срочно обратиться в лечебное учреждение. Можно использовать средства, отпугивающие или уничтожающие клещей. Это: «Бибан», «Претикс», «ГАЛРЭТ», «Диптерол-спрей», «Медифокс-антиклещ», «Дета-10%», «Дефи Тайга» и др. При

применении средств, необходимо следить, чтобы они не попали на слизистые оболочки глаз, носа, рта, т.к. они могут вызвать раздражение;

неожиданное появление людей или животных в зоне огня. Следует немедленно прекратить ведение огня.

неблагоприятные погодные условия / сильный снегопад или мороз - зимой, грозовой дождь, туман, сильный ветер - летом/, которые увеличивают вероятность получения травм: переохлаждений и обморожений /зимой/ и падений /при ливневом дожде/.

Руководитель стрельбы - тренер-преподаватель в тире (на стрельбище) является ответственным за точное соблюдение всеми участниками стрельбы установленного порядка, условий отработываемых упражнений, правил и мер безопасности. Ему подчиняются все лица, обслуживающие стрельбу.

Спортсмены, допустившие невыполнение или нарушение данной инструкции по ОТ и ТБ, привлекаются к ответственности, немедленно удаляются с занятия и отстраняются от дальнейших стрельб /до повторного прохождения инструктажа и получения допуска, а с остальными занимающимися проводится внеплановый инструктаж по ОТ и ТБ.

Тренер-преподаватель обязан предварительно ознакомиться с прогнозом погоды на предстоящий день тренировки.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий**

Руководитель стрельбы - тренер-преподаватель по спорту обязан:

провести проверку знаний обучающимися-стрелками правил и мер безопасности при стрельбе/с записью в журнале регистрации инструктажа;

провести инструктаж по ОТ и ТБ с обучающимися при занятиях стрелковой подготовкой в биатлоне /под роспись/;

проверить готовность оружия и тира /стрельбища/соответствие мишенного оборудования условиям стрельбы и надежность его работы;

назначить судей на огневом рубеже, контролеров /при необходимости оцепление и показчиков, проинструктировать их и следить за точным исполнением ими своих обязанностей;

произвести расчет стреляющих смен;



убедившись в готовности тира /стрельбища/ и отсутствии в зоне огня людей, животных, а также готовности обучающихся к стрельбе, приступить к стрельбе;

проверить форму одежды занимающихся (на предмет соответствия ее сезону и погоде).

Зимой: одежда должна соответствовать одежде лыжника-гонщика, то есть должна быть легкой и достаточно теплой, а обувь - на размер больше. При  $t$  воздуха ниже  $-15^{\circ}\text{C}$  поверх ботинка надевается хлопчатобумажный носок; обязательно иметь лыжную вязаную шапочку и теплые рукавицы. Летом: одежда должна быть легкой, плотной и, по возможности, закрывать открытые части тела /руки, ноги/; обувь - удобной и по размеру, не новой.

Тренер-преподаватель обязан ознакомиться с прогнозом погоды на предстоящий тренировочный день.

Тренер-преподаватель проводит качественную разминку обучающихся.

### **3. Требования безопасности во время учебно-тренировочных занятий**

Спортсмены обязаны соблюдать дисциплину, строго выполнять все распоряжения тренера-преподавателя-руководителя стрельбы.

Во время занятий стрелковой подготовкой спортсмены должны соблюдать следующие правила и меры безопасности при стрельбе:

к огневому рубежу выходит расчетная стреляющая смена по команде руководителя стрельбы;

патроны и пули выдаются тренером-преподавателем стреляющим на огневом рубеже только перед началом стрельбы;

заряжать оружие на огневом рубеже разрешается только после команды «Заряжай!»;

ведение огня разрешается только после команды «Огонь!»;

стрельба прекращается по команде «Отбой!»;

оружие разряжается по команде «Разряжай!», после чего у пистолетов

делается контрольный спуск курка с боевого взвода, а у винтовок открывается затвор, после этого стреляющий докладывает «Оружие разряжено» и, оставаясь на своем месте, кладет оружие с открытым затвором; оружие осматривается тренером-преподавателем, неизрасходованные боеприпасы возвращаются тренеру-преподавателю.

**Категорически запрещается:**

стрелять или заряжать оружие на линии огня без разрешения ответственного за стрельбу (тренера-преподавателя-руководителя стрельбы);

поворачивать оружие на линии огня в сторону от направления стрельбы при всех действиях с оружием: при стрельбе, перезарядке, задержке, осечке и т.д.;

прикасаться к оружию, когда в зоне стрельбы находятся люди;

стрелять из неисправного оружия;

оставлять на линии огня заряженное оружие или с закрытым затвором;

оставлять оружие без присмотра, брать в руки или прикасаться к оружию без разрешения стрелка, в распоряжении которого оно находится;

выносить заряженное оружие с линии огня;

находясь вне линии огня, изголавливаться к стрельбе и прицеливаться в мишени и другие предметы независимо от того, заряжено оружие или нет;

стрелять по предметам, не относящимся к выполнению упражнения по рамкам, тросам, стрелковому оборудованию, флажкам, номерам щитов;

покидать линию огня, спортсооружение - тир, стрельбище без разрешения тренера-преподавателя.

Руководитель стрельбы- тренер-преподаватель обязан:

во время стрельбы руководить стрельбой и вести учет результатов стрельбы;

выдавать патроны на линии огня и вести учет расхода патронов;

обеспечивать соблюдение стрелками правил стрельбы и мер безопасности;

следить, чтобы на линии огня не было посторонних лиц;

немедленно прекращать стрельбу при нарушении стреляющими правил и мер безопасности, а также при появлении в зоне стрельбы людей или животных;

проводить занятие стрелковой подготовкой в проверенных на отсутствие клеща стрельбищах.

#### **4. Требования безопасности в аварийных случаях**

При получении травмы пострадавший или очевидец происшествия обязан сообщить об этом тренеру-преподавателю по спорту (если он сам не увидел происшедшего), который обязан оказать первую доврачебную помощь пострадавшему. При необходимости, организовать вызов скорой помощи («03»), сопровождение пострадавшего в ближайшее медицинское учреждение для оказания ему врачебной помощи и сообщает о случившемся администрации спортивного учреждения.

При поломке спортивного инвентаря (лыж, лыжероллеров, палочек, оружия), используемого во время учебно-тренировочного процесса, необходимо прекратить выполнение задания, сообщить об этом тренеру-преподавателю. По возможности, заменить сломанный спортивный инвентарь и продолжить тренировочный процесс. Не допускать использование сломанного спортивного инвентаря в учебно-тренировочном процессе.

При ушибах, растяжениях, травмах, тепловых ударах, отморожениях действовать в соответствии с («Правилами оказания первой помощи при травмах»).

При угрозе проявления экстремальных погодных факторов спортсменам следует прекратить занятия и кратчайшим путем направиться в укрытие (любое помещение). Во время грозы нельзя прятаться под кроны высоких деревьев, куда вероятнее всего может ударить молния. Нельзя находиться на открытых участках поля.

#### **5. Требования безопасности по окончании занятий**

Разряженное оружие с открытым затвором проверяется тренером-преподавателем, зачехляется и под его контролем сдается в место хранения -

специальное хранилище-склад, оборудованное круглосуточной сигнализацией, имеющее разрешение на хранение оружия.

Одежду для бега снять в раздевалке и поместить в полиэтиленовый пакет, который необходимо плотно завязать. Дома еще раз тщательно осмотреть одежду, при необходимости просушить или постирать, а затем сложить в полиэтиленовый пакет.

Обеспечить необходимый уход за спортивным инвентарем, используемым во время тренировки, убрать в места его хранения.

Вымыть лицо и руки, по возможности, принять душ.

Покинуть помещение раздевалки и спортивного сооружения после окончания учебно-тренировочного занятия в течение 20-30 минут, оставив чистым место своего пребывания.

## **Инструкция по охране труда при проведении занятий по различным видам спортивных единоборств**

### **1. Общие требования охраны труда**

Во время занятий борьбой возможно воздействие опасных факторов:

возможны переломы пястных, ладьевидных костей, растяжения в лучезапястном суставе, ушибы пальцев кисти рук;

повреждения локтевого сустава;

повреждение лица (кровотечение из носа в следствии ушибов);

повреждения ушных раковин являются обычно результатом не точных скользящих боковых ударов или ударов предплечьем и открытой перчаткой.

На коже туловища могут появиться ссадины от трения о канаты ринга;

повреждения нижних конечностей: растяжения связок коленного и голено-стопного суставов (из-за подвертывания стопы, вследствие неровности войлочной подстилки или наличия грубых швов в брезентовой покрышке);

ушибы в области паха, происходят в результате запрещенных ударов ниже пояса;

нарушение норм количества занимающихся на одном ковре;  
нарушение принципов и методики обучения;  
отсутствие должной дисциплины у занимающихся.

Необходимо соблюдать расписание тренировочных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

Занятия должны проводиться в соответствующей спортивной одежде и обуви.

При занятиях различными видами единоборства выполнять только те упражнения, которые предусмотрены учебным планом. Запрещается выполнять те упражнения, которые противоречат правилам техники безопасности.

О каждом несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю.

Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка, проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

## **2. Требования охраны труда перед началом занятий**

Не рекомендуется есть менее, чем за 1 час до тренировки, и есть и пить менее 1 часа после тренировки.

Надеть спортивный костюм и спортивную обувь.

Перед началом занятий необходимо снять имеющиеся серьги, кольца, часы, цепочки, заколки, иные украшения. Длинные волосы следует аккуратно заплести. Ногти должны быть коротко острижены.

Пройти инструктаж у тренера-преподавателя по технике безопасности.

## **3. Требования охраны труда во время занятий**

Строго выполнять команды, сигналы тренера-преподавателя и правила боя во избежание получения травм.

Запрещается во время учебных вольных схваток одновременные занятия в стойке на одном ковре нескольким парам.

Запрещается:

тренировки или соревнования между лицами, имеющими большую разницу в весовой категории и разрядах;

проведение занятий без обуви или обуви не соответствующей требованиям.

При изучении защиты и контрприемов, падая на ковер, не подставлять руки.

При проведении приема в стойке в классической и вольной борьбе обязательно падать вместе с партнером, в самбо - обязательно страховать партнера.

Не разрешается при захватах соединять пальцы в переплет. Своевременно подавать сигналы при болевых приемах в борьбе самбо.

Технические элементы выполнять без причинения вреда партнеру.

Поединки можно проводить только под контролем и руководством тренера-преподавателя.

При работе с партнером необходимо быть внимательными друг к другу, все действия выполнять только по команде, выполнять самостраховку, страховать партнера.

Атакующий не должен наносить удары в полную силу, а работать в легкий контакт или без контакта, имитируя атаку.

На тренировке следует использовать защитное снаряжение (жилеты, шлемы, перчатки, накладки, футы).

Вся силовая техника отрабатывается на специальных снарядах (макивара, груша, мешок, лапа, хлопущка, муджунг).

#### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

При появлении во время занятий боли в руках, получении травмы, а также при плохом самочувствии прекратить занятие и сообщить об этом тренеру-преподавателю.

#### **5. Требования охраны труда по окончании работы**

Снять спортивный костюм, спортивную обувь.

Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

## **Инструкция по охране труда при проведении занятий по плаванию**

### **1. Общие требования охраны труда**

К занятиям по плаванию допускаются спортсмены, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

При проведении занятий по плаванию соблюдать правила поведения, расписание тренировок, установленные режимы занятий и отдыха.

При проведении занятий по плаванию возможно воздействие следующих опасных факторов:

травмы и утопление при прыжках в воду головой вниз при недостаточной глубине воды и при необследованном дне водоема;

купание сразу после приема пищи или большой физической нагрузки;

утопления при купании в естественных водоемах не в специально отведенных, не оборудованных и не отвечающим санитарным требованиям местах.

При занятии плаванием выполнять только те упражнения и задания, которые предусмотрены учебно-тренировочным планом. Запрещается выполнять упражнения и задания, которые противоречат правилам техники безопасности.

При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить тренеру-преподавателю.

Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности, проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

### **2. Требования охраны труда перед началом занятий**

Надеть купальный костюм (плавки) и на голову плавательную шапочку.

Сделать перерыв между приемом пищи и купанием не менее 45-50 мин.

Сделать разминку, выполнив несколько легких упражнений.

### **3. Требования охраны труда во время занятий**

Входить в воду только с разрешения тренера-преподавателя и во время купания не стоять без движений.

Внимательно слушать и выполнять все команды и сигналы тренера.

Не прыгать в воду головой вниз при недостаточной глубине воды, при необследованном дне водоема и при нахождении вблизи других пловцов.

Не оставаться при нырянии долго под водой.

Не купаться более 30 мин., если же вода холодная, то не более 5-6 мин.

3.6. При купании в естественном водоеме не заплывать за установленные знаки ограждения водного бассейна (буйки), не купаться на большой волне, не подплывать близко к моторным лодкам, пароходам, баржам и пр. плавательным средствам.

### **4. Требования охраны труда в аварийных ситуациях**

Почувствовав озноб, быстро выйти из воды и растереться сухим полотенцем.

При судорогах стараться держаться на воде и позвать на помощь.

В случае пропажи на месте занятия одного из спортсменов немедленно сообщить об этом тренеру-преподавателю.

### **5. Требования охраны труда по окончании занятий**

Выйдя из воды, вытереться полотенцем насухо и сразу же одеться.

При низкой температуре после купания, чтобы согреться, сделать несколько легких гимнастических упражнений.

## **Инструкция по охране труда при проведении занятий по спортивным и подвижным играм**

### **1. Общие требования безопасности**

К занятиям по спортивным играм допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.



При проведении занятий должно соблюдаться расписание тренировочных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

При проведении занятий по спортивным и подвижным играм возможно воздействие на спортсменов следующих опасных факторов:

травмы при столкновениях,

нарушение правил проведения игры,

падения на мокром, скользком полу или площадке.

Занятия по спортивным и подвижным играм должны проводиться в спортивной одежде и спортивной обуви с нескользкой подошвой.

При проведении занятий по спортивным и подвижным играм должна быть аптечка укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при травмах.

Тренер-преподаватель и спортсмены обязаны соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения.

О каждом несчастном случае с обучающимся тренер-преподаватель обязан немедленно сообщить администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему.

В процессе занятий тренер и спортсмены должны соблюдать правила проведения спортивной игры, ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

Проведение занятий должно соответствовать рабочей программе дисциплины «футбол», «волейбол», «баскетбол», «настольный теннис», «бадминтон» и регламентированным правилам соревнований.

Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка и, при необходимости, подвергаются внеочередной проверке знаний норм и правил охраны труда.

## **2. Требования безопасности перед началом занятий**

Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой.

Проверить надежность установки и крепления стоек и перекладин футбольных ворот, баскетбольных щитов и другого спортивного оборудования.

Проверить состояние и отсутствие посторонних предметов на полу или спортивной площадке.

Провести разминку, тщательно проветрить спортивный зал.

Проинструктировать о том, что запрещается носить предметы, которые могут причинить травму на занятиях (ювелирные украшения: цепочки, серьги, кольца, браслеты, часы).

## **3. Требования безопасности во время занятий**

Начинать игру, делать остановки в игре и заканчивать игру только по команде (сигналу) тренера-преподавателя.

Строго выполнять правила проведения игры.

Избегать столкновений с игроками, толчков и ударов по рукам и ногам игроков.

При падениях необходимо сгруппироваться во избежание получения травмы.

Внимательно слушать и выполнять все команды (сигналы) тренера-преподавателя.

Категорически запрещается проведение занятий на одной площадке разных видов спортивных игр.

## **4. Требования безопасности при аварийных ситуациях**

При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить занятия и сообщить об этом администрации учреждения. Занятия продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

При получении обучающимся травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

При возникновении пожара в спортивном зале немедленно эвакуировать занимающихся из зала через все имеющиеся эвакуационные выходы, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть, приступить к тушению пожара с помощью имеющихся первичных средств пожаротушения.

#### **5. Требования безопасности после окончания занятий**

Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и провести влажную уборку спортивного зала.

Тщательно проветрить спортивный зал.

Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ, вымыть лицо и руки с мылом.

**Перечень нормативно-правовых актов по охране труда**

1. Постановление Минтруда РФ от 08.02.2000 № 14 (ред. от 12.02.2014)  
«Об утверждении Рекомендаций по организации работы службы охраны труда в организации».
2. Постановление Минтруда РФ от 22.01.2001 № 10 (ред. от 12.02.2014)  
«Об утверждении Межотраслевых нормативов численности работников службы охраны труда в организациях».
3. Письмо Минтруда РФ от 16.11.94 г. № 2207-КВ «О примерном договоре на проведение работ по охране труда».
4. Постановление Минтруда РФ от 17.01.2001 №7 «Об утверждении Рекомендаций по организации работы кабинета охраны труда и уголка охраны труда» (с рекомендациями).
5. Отраслевые рекомендации об организации работы по охране труда в организациях.
6. ГОСТ 12.0.230-2007. Межгосударственный стандарт. «Система стандартов безопасности труда. Системы управления охраной труда. Общие требования» (введен в действие Приказом Ростехрегулирования от 10.07.2007 N 169-ст). (ред. от 31.10.2013)
7. Постановление Правительства РФ от 23.05.2000 № 399  
«О нормативно-правовых актах, содержащих государственные нормативные требования по охране труда».
8. Постановление Минтруда РФ от 17.12.2002 № 80 «Об утверждении Методических рекомендаций по разработке государственных нормативных требований охраны труда».
9. Государственные санитарно-эпидемиологические правила и нормативы (санитарные правила (СП), гигиенические нормативы (ГН), санитарные правила и нормы (СанПин), санитарные нормы (СН).
10. Федеральный закон от 08.08.2001 N 128-ФЗ (ред. от 29.12.2010) «О

лицензировании отдельных видов деятельности» (с изм. и доп., вступающими в силу с 01.01.2011)

11. Постановление Правительства РФ от 10.03.1999 N 263 (ред. от 30.07.2014) «Об организации и осуществлении производственного контроля за соблюдением требований промышленной безопасности на опасном производственном объекте».

12. Приказ Минздравсоцразвития РФ от 16.08.2004 N 83 (ред. от 16.05.2005) «Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения этих осмотров (обследований)» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 10.09.2004 N 6015)

13. Постановление Минтруда РФ, Минобразования РФ от 13.01.2003 N 1/29 «Об утверждении Порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 12.02.2003 N 4209)

14. ГОСТ 12.0.004-90. Межгосударственный стандарт. «Система стандартов безопасности труда. Организация обучения безопасности труда. Общие положения» (утв. и введен в действие Постановлением Госстандарта СССР от 05.11.1990 N 2797)

15. Постановление Минтруда РФ и Минобразования РФ от 13.01.2003 № 1/29 «Об утверждении Порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 12.02.2003 N 4209)

16. ГОСТ Р 12.0.006-2002. «Система стандартов безопасности труда. Общие требования к системе управления охраной труда в организации» (принят и введен в действие Постановлением Госстандарта РФ от 29.05.2002 N 221-ст) (ред. от 26.06.2003)

17. ГОСТ 12.0.004-90 «Система стандартов безопасности труда. Организация обучения безопасности труда».

18. Постановление Минтруда РФ и Минобразования РФ от 13.01.2003 № 1/29 «Об утверждении Порядка обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда работников организаций» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 12.02.2003 N 4209)

19. ГОСТ 12.0.004-90. Межгосударственный стандарт. «Система стандартов безопасности труда. Организация обучения безопасности труда. Общие положения» (утв. и введен в действие Постановлением Госстандарта СССР от 05.11.1990 N 2797)

20. Постановление Минтруда РФ от 17.12.2002 № 80 «Об утверждении Методических рекомендаций по разработке государственных нормативных требований охраны труда»

21. Методические рекомендации по разработке инструкций по охране труда, утвержденные Первым заместителем Минтруда России от 13.05.2004.

22. Приказ Минздравсоцразвития России от 01.06.2009 N 290н (ред. от 12.01.2015) «Об утверждении Межотраслевых правил обеспечения работников специальной одеждой, специальной обувью и другими средствами индивидуальной защиты»

23. Приказ Минздравсоцразвития России от 17.12.2010 N 1122н (ред. от 20.02.2014) «Об утверждении типовых норм бесплатной выдачи работникам смывающих и (или) обезвреживающих средств и стандарта безопасности труда «Обеспечение работников смывающими и (или) обезвреживающими средствами»

24. СНиП 12-03-2001. «Безопасность труда в строительстве. Часть 1. Общие требования» (приняты и введены в действие Постановлением Госстроя РФ от 23.07.2001 N 80)

25. Постановление Правительства РФ от 25.02.2000 № 162 «Об утверждении перечня тяжелых работ и работ с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда женщин».

26. Постановление Правительства РФ от 25.02.2000 № 163 (ред. от 20.06.2011) «Об утверждении перечня тяжелых работ и работ с вредными или опасными условиями труда, при выполнении которых запрещается применение труда лиц моложе восемнадцати лет».

27. Приказ Минтруда России от 25.06.2014 N 417 «О признании утратившими силу приказа Минздравсоцразвития России от 29 мая 2006 г. N 413 и пункта 8 приложения N 1 к приказу Минтруда России от 12 февраля 2014 г. N 96»

28. Приказ Минтруда России от 25.03.2013 N 115 «О признании утратившим силу постановления Министерства труда Российской Федерации от 27 февраля 1995 г. N 11 «Об утверждении Рекомендаций по планированию мероприятий по охране труда»

29. Постановление Минтруда России от 24.10.2002 N 73 (ред. от 20.02.2014) «Об утверждении форм документов, необходимых для расследования и учета несчастных случаев на производстве, и положения об особенностях расследования несчастных случаев на производстве в отдельных отраслях и организациях» (Зарегистрировано в Минюсте России 05.12.2002 N 3999)

30. Приказ Минздравсоцразвития РФ от 24.02.2005 № 160 «Об определении степени тяжести повреждения здоровья при несчастных случаях на производстве» (Зарегистрировано в Минюсте РФ 07.04.2005 N 6478)

31. Приказ Минздрава РФ от 28.05.2001 N 176 (ред. от 15.08.2011) «О совершенствовании системы расследования и учета профессиональных заболеваний в Российской Федерации» (вместе с «Инструкцией о порядке применения Положения о расследовании и учете профессиональных заболеваний, утвержденного Постановлением Правительства Российской Федерации от 15.12.2000 N 967») (Зарегистрировано в Минюсте РФ 27.07.2001 N 2828)

32. Федеральный закон от 17.12.2001 N 173-ФЗ (ред. от 28.12.2013, с изм. от 19.11.2015) ст.27, 28 «О трудовых пенсиях в РФ».

33. Федеральный закон от 24.07.1998 N 125-ФЗ (ред. от 29.12.2015) «Об обязательном социальном страховании от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний»

34. Постановление Правительства РФ от 01.12.2005 N 713 (ред. от 25.03.2013) «Об утверждении Правил отнесения видов экономической деятельности к классу профессионального риска»



## Список использованной литературы и источников

1. Беляков, Г.И. Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда: Учебник для бакалавров / Г.И. Беляков. - М.: Юрайт, 2012. - 572 с.
2. Беляков, Г.И. Безопасность жизнедеятельности. Охрана труда: Учебник для бакалавров / Г.И. Беляков. - М.: Юрайт, 2013. - 572 с.
3. Графкина, М.В. Охрана труда в непроизводственной сфере: учебное пособие / М.В. Графкина. - М.: Форум, 2013. - 320 с.
4. Девисилов, В.А. Охрана труда: Учебник / В.А. Девисилов. - М.: Форум, НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 512 с.
5. Ефремова, О.С. Охрана труда в организации в схемах и таблицах / О.С. Ефремова. - М.: Альфа-Пресс, 2012. - 108 с.
6. Ефремова, О.С. Охрана труда в организации в схемах и таблицах / О.С. Ефремова. - М.: Альфа-Пресс, 2013. - 112 с.
7. Ефремова, О.С. Охрана труда от А до Я: Практическое пособие / О.С. Ефремова. - М.: Альфа-Пресс, 2013. - 672 с.
8. Карнаух, Н.Н. Охрана труда: Учебник / Н.Н. Карнаух. - М.: Юрайт, 2011. - 380 с.
9. Карнаух, Н.Н. Охрана труда: Учебник для бакалавров / Н.Н. Карнаух. - М.: Юрайт, 2013. - 380 с.