УТВЕРЖДАЮ

Директор МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ А.Ю. Мастин

«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2017 г

**Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско – юношеская спортивная школа «Лидер» (МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер»)**

**Вводный инструктаж**

**по охране труда (ВИОТ)**

**г. Тверь**

1. **Общие сведения об учреждение.**

1.1. Муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа «Лидер» (далее по тексту - Учреждение) создано на основании постановления Администрации города Твери от 17.05.2006 № 808 «Об учреждении муниципальных образовательных учреждений».

1.2. Полное наименование: муниципальное бюджетное учреждение дополнительного образования «Детско-юношеская спортивная школа «Лидер» муниципального образования город Тверь. Сокращенное наименование учреждения: МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер». Сокращенное наименование может использоваться наряду с полным наименованием на печати, в официальных документах и символике Учреждения.

1.3. Организационно-правовая форма: учреждение. Тип: бюджетное учреждение.

1.4. Учреждение по типу является организацией дополнительного образования в соответствии с реализуемыми дополнительными общеобразовательными программами.

1.5. Учреждение является юридическим лицом и действует в соответствии с настоящим Уставом, обладает обособленным имуществом на праве оперативного управления, имеет самостоятельный баланс, печать, содержащую его наименование, бланки, штампы, эмблемы и другие реквизиты, необходимые для осуществления своей деятельности.

1.6. Учредителем Учреждения является: Управление по культуре, спорту и делам молодежи администрации города Твери.

1.7. Функции и полномочия Учредителя осуществляет Администрация города Твери.

1.8. Регулирование и координацию деятельности Учреждения Управление по культуре, спорту и делам молодежи администрации города Твери.

1.9. Адрес Управление по культуре, спорту и делам молодежи: 170100, Россия, город Тверь, наб. Ст. Разина, дом 20.

1.10. Адрес Администрации города Твери: 170100, Россия, город Тверь, ул. Советская, д. 11.

1.11. Местонахождение Учреждения:170006, Россия, город Тверь, улица Достоевского, дом 10а.

1.12. В Учреждении не допускаются создание и деятельность политических партий, религиозных организаций (объединений). Принуждение обучающихся к вступлению в общественные объединения, в т. ч. в политические партии, а также принудительное привлечение их к деятельности этих объединений, участию в агитационных кампаниях и политических акциях не допускается.

1.13. Учреждение размещает на официальном сайте в информационно- телекоммуникационной сети «Интернет» информацию в соответствии с перечнем сведений, установленных федеральным законодательством, и обеспечивает ее обновление в установленные сроки.

1.14. Обучение в Учреждении ведется на русском языке.

1.15. Учреждение в своей деятельности руководствуется Конституцией Российской Федерации, законами Российской Федерации, указами и распоряжениями Президента Российской Федерации, Уставом и иными муниципальными правовыми актами муниципального образования города Твери, решениями государственных органов управления в области физической культуры и спорта, и муниципального органа в области физической культуры, спорта и делам молодежи, настоящим Уставом и локальными актами Учреждения.

**2. Положения по охране труда в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер»**

2. Положения по охране труда в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер» основывается на Конституции Российской Федерации и состоит из статей Трудового кодекса Федерального закона «Об основах охраны труда в Российской Федерации», других нормативно правовых актов Российской Федерации, а также законов и нормативно правовых актов субъектов Российской Федерации.

2.1. Охрана труда – это 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.

2.2. Вводный инструктаж по охране труда в Муниципальном бюджетном учреждение дополнительного образования «Детско – юношеская спортивная школа «Лидер» (далее - МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер») разработан для всех работников с целью сохранения жизни и здоровья в процессе трудовой деятельности. Вводный инструктаж по охране труда проводят со всеми вновь принимаемыми на работу, независимо от их образования, стажа работы по данной профессии или должности, с временными работниками, студентами, прибывшими на практику.

2.3. Обязанности по обеспечению охраны труда в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер» возлагаются на директора (далее – работодатель). Работодатель обязан обеспечить:

- безопасность работников при эксплуатации зданий, сооружений, оборудования, осуществлении технологических процессов;

- применение средств коллективной защиты работников;

- соответствующие требованиям охраны труда условия на каждом рабочем месте;

- режим труда и отдыха работников в соответствии с законодательством Российской Федерации и правилами внутреннего распорядка.

- обучение безопасным методам и приемам выполнения работ, и оказанию первой помощи при несчастных случаях на производстве, инструктаж по охране труда, проверку знаний требований охраны труда;

- недопущение к работе лиц, не прошедших в установленном порядке обучение и инструктаж по охране труда и проверку знаний требований охраны труда;

- организацию контроля за состоянием условий труда на рабочих местах;

- проведение специальной оценки условий труда;

- проведение за счет средств местного бюджета муниципального образования

Администрации города диспансеризацию сотрудников (в течение трудовой деятельности), медицинских осмотров (обследований) работников, внеочередных медицинских осмотров (обследований) работников, в соответствии с медицинским заключением с сохранением за ними места работы (должности) и среднего заработка на время прохождения указанных медицинских осмотров (обследований);

- недопущение работников к исполнению ими трудовых обязанностей без прохождения обязательных медицинских осмотров (обследований), а также в случае медицинских противопоказаний;

- информирование работников об условиях труда на рабочих местах, о существующем риске повреждения здоровья и полагающихся им компенсациях;

- принятие мер по предотвращению аварийных ситуаций, сохранению жизни и здоровья работников при возникновении таких ситуаций, в том числе по оказанию пострадавшим первой помощи;

- расследование и учет в установленном Трудовым кодексом Российской Федерации и иными нормативными правовыми актами порядке несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний;

- санитарно-бытовое и лечебно-профилактическое обслуживание работников с требованиями охраны труда;

- обязательное социальное страхование работников, работающих по трудовому договору, от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний;

- ознакомление работников с требованиями охраны труда.

**Работники обязаны:**

- соблюдать требования охраны труда, установленные законами и иным нормативными правовыми актами, а также правилами и инструкциями по охране труда;

- проходить обучение безопасным методам и приемам выполнения работ по охране труда, инструктаж по охране труда, проверку знаний требований охраны труда;

- немедленно извещать своего непосредственного или вышестоящего руководителя о любой ситуации, угрожающей жизни и здоровью людей, о каждом несчастном случае, происшедшем в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер», или об ухудшении состояния здоровья, в том числе о проявлении признаков острого профессионального заболевания (отравления);

- проходить диспансеризацию (в течение трудовой деятельности) медицинские осмотры (обследования).

**3. Трудовой договор**

3.1. Трудовые отношения – отношения, основанные на соглашении между работником и работодателем о личном выполнении работником за плату трудовой функции (работы по определенной специальности, квалификации или должности), подчинении работника правилам внутреннего трудового распорядка при обеспечении работодателем условий труда, предусмотренных трудовым законодательством, соглашениями, трудовым договором.

3.2. Трудовые отношения возникают между работником и работодателем на основании трудового договора, добровольно заключаемого ими в соответствии с Трудовым кодексом Российской Федерации. Сторонами трудовых отношений и неразрывно связанного с ними трудового договора являются работник и работодатель.

3.3. Трудовой договор – соглашение между работодателем и работником, в соответствии с которым работодатель обязуется предоставить работнику работу по обусловленной трудовой функции, обеспечить условия труда, предусмотренные трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права, коллективным договором, соглашениями, локальными нормативными актами, и данным соглашением, своевременно и в полном размере выплачивать работнику заработную плату, а работник обязуется лично выполнять определенную этим соглашением трудовую функцию, соблюдать действующие у работодателя правила внутреннего трудового распорядка. Сторонами трудового договора являются работодатель и работник.

3.4. В трудовом договоре указываются фамилия, имя, отчество работника и наименование работодателя (фамилия, имя, отчество работодателя заключивших трудовой договор);

- сведения о документах, удостоверяющих личность работника;

- идентификационный номер налогоплательщика;

- сведения о представителе работодателя, подписавшем трудовой договор, и основание, в силу которого он наделен соответствующими полномочиями;

- место и дата заключения трудового договора. Обязательными для включения в трудовой договор являются следующие условия:

- место работы;

- трудовая функция (работа по должности в соответствии со штатным расписанием, профессии, специальности с указанием квалификации; конкретный вид поручаемой работнику работы);

- дата начала работы;

- условия оплаты труда (в том числе размер тарифной ставки или оклада (должностного оклада) работника, доплаты, надбавки и поощрительные выплаты);

- режим рабочего времени и времени отдыха (если для данного работника он отличается от общих правил, действующих у данного работодателя);

- компенсации за тяжелую работу и работу с вредными и (или) опасными условиями труда, если работник принимается на работу в соответствующих условиях, с указанием характеристик условий труда на рабочем месте;

- условия, определяющие в необходимых случаях характер работы (ненормированный рабочий день, подвижной, разъездной, другой характер работы);

- условие об обязательном социальном страховании работника в соответствии с Трудовым кодексом Российской Федерации и иными федеральными законами;

- другие условия в случаях, предусмотренных трудовым законодательством и иными нормативными правовыми актами, содержащими нормы трудового права.

3.5. По соглашению сторон в трудовой договор могут также включаться права и обязанности работника и работодателя. Условия трудового договора могут быть изменены только по соглашению сторон и в письменной форме.

3.6. Запрещается требовать от работника выполнения работы, не обусловленной трудовым договором, за исключением случаев, предусмотренных законом.

3.7. Трудовой договор вступает в силу со дня его подписания работником и работодателем. Работник обязан приступить к исполнению трудовых обязанностей со дня, определенного трудовым договором. Если в трудовом договоре не оговорен день начала работы, то работник должен приступить к работе на следующий рабочий день после вступления договора в силу.

3.8. При прекращении трудового договора работодатель обязан выдать работнику в день увольнения (последний день работы) трудовую книжку и по письменному заявлению работника заверенные надлежащим образом копии документов, связанных с работой.

**4. Рабочее время и время отдыха**

4.1. В соответствии с действующим законодательством для работников МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер» устанавливается пятидневная рабочая неделя продолжительностью 40 часов с двумя выходными днями - суббота и воскресенье.

4.1.1. Устанавливается следующий режим рабочего времени и времени перерыва в работе для отдыха и приема пищи: При 40 - часовой рабочей неделе время начала работы 9 - 00, время окончания работы 18-00 Время начала перерыва на обед 13-00 Время окончания перерыва на обед 14-00.

4.1.2. Работникам предоставляется перерыв для отдыха и питания продолжительностью 1 час. Перерыв не включается в рабочее время, работник может использовать его по своему усмотрению.

4.2. По соглашению между работником и работодателем может устанавливаться как, при приеме на работу, так и впоследствии, неполный рабочий день или неполная рабочая неделя. Работодатель обязан устанавливать неполный рабочий день или неполную рабочую неделю по просьбе беременной женщины, одного из родителей (опекуна, попечителя), имеющего ребенка в возрасте до четырнадцати лет (ребенка-инвалида в возрасте до 18 лет), а также лица, осуществляющего уход за больным членом семьи в соответствии с медицинским заключением, выданным в порядке, установленном федеральными законами и иными нормативными правовыми актами Российской Федерации.

4.3. При работе на условиях неполного рабочего времени оплата труда работника производится пропорционально отработанному им времени или в зависимости от выполненного им объема работ. Работа на условиях неполного рабочего времени не влечет для работников каких-либо ограничений продолжительности ежегодного основного оплачиваемого отпуска, исчисления трудового стажа и других трудовых прав.

4.4. В МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер» ведется табельный учет рабочего времени.

4.5. Работа за пределами установленной продолжительности рабочего времени по инициативе работодателя (сверхурочная работа) производится в случаях и в пределах, предусмотренных действующим законодательством Российской Федерации. Такое привлечение к сверхурочным работам производится работодателем с письменного согласия работника на основании приказа директора.

4.6. Работа перед началом и после окончания рабочего времени, во время регламентированных перерывов, в выходные и праздничные дни, производится по письменному согласованию с работодателем (его представителем).

4.7. Для обеспечения оптимальной работоспособности и сохранения здоровья работников МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер», в связи с работой на ПЭВМ по считыванию, вводу информации устанавливаются перерывы в работе через 2 часа от начала работы в первой и во второй половинах дня продолжительностью 15 минут каждый. Время перерыва засчитывается в общее рабочее время.

**5. Льготы и компенсации**

5.1. Компенсации – денежные выплаты, установленные в целях возмещения работникам затрат, связанных с исполнением ими трудовых или иных предусмотренных федеральными законами обязанностей.

5.2. Согласно Трудовому кодексу Российской Федерации каждый работник имеет право на компенсации, установленные в соответствии с Трудовым кодексом Российской Федерации, соглашением, локальным нормативным актом, трудовым договором, если он занят на тяжелых работах, работах с вредными и (или) опасными условиями труда.

5.2.1. Размеры компенсаций работникам, занятых с вредными и (или) опасными условиями труда, и условия их предоставления устанавливаются в порядке, определяемом Правительством Российской Федерации, с учетом мнения Российской трехсторонней комиссии по регулированию социально-трудовых отношений. Повышенные или дополнительные компенсации за работу с вредными и (или) опасными условиями труда могут устанавливаться локальным нормативным актом с учетом финансово-экономического положения работодателя или по результатам специальной оценки условий труда.

5.2.2. В случае обеспечения на рабочих местах безопасных условий труда, подтвержденных результатами специальной оценки условий труда или заключением

государственной экспертизы условий труда, компенсации работникам не устанавливаются.

**6. Правила внутреннего трудового распорядка**

6.1. Правила внутреннего трудового распорядка (далее – Правила) разработаны для работников, с целью укрепления служебной дисциплины (дисциплины труда), совершенствования организации труда и рационального использования служебного (рабочего) времени.

6.2. Правила - муниципальный нормативный акт, регламентирующий, в соответствии с Трудовым кодексом Российской Федерации и иными федеральными законами, порядок приема и увольнения работников, основные права, обязанности и ответственность сторон трудового договора, режим работы, время отдыха, применяемые к работникам меры поощрения и взыскания, а также иные вопросы, связанные с регулированием трудовых отношений в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер».

6.3. Трудовые отношения регулируются Конституцией Российской Федерации, Трудовым кодексом Российской Федерации, муниципальными правовыми актами.

6.4. Гражданин, впервые поступающий на работу в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер», должен ознакомится под роспись с Правилами и должностной инструкцией.

**7. Организация работы по охране труда в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер»**

7.1. Основные принципы обеспечения охраны труда включают в себя основные принципы обеспечения безопасности труда, защиты от случайных неблагоприятных событий, но дополняются мерами социальной защиты.

- Первый и основной принципы охраны труда – предотвращение травматизма и профессиональной заболеваемости. Все мероприятия в области охраны труда и всех ее частей (безопасности труда, гигиены труда) направлены на это.

- Второй принцип охраны труда – готовность к защите пострадавших. Он вытекает из невозможности обеспечения абсолютной безопасности. Этот принцип играет исключительную роль в охране труда и реализуется через систему обязательного социального страхования от несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний. В рамках второго основного принципа охраны труда ее мероприятиями предусматриваются:

- возмещение вреда пострадавшему причинителем вреда;

- реабилитация трудоспособности пострадавших.

7.2. Контроль за состоянием охраны труда

7.2.1. Периодическая оценка соответствия работ по охране труда государственным нормативным требованиям охраны труда производится для повышения эффективности управления охраной труда в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер». При этом устанавливается единый порядок организации, проведения и оформления результатов оперативного контроля за состоянием охраны труда.

7.2.2. Основными видами контроля за состоянием охраны труда в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер» являются:

- оперативный контроль непосредственного руководителя и других должностных лиц;

-административно-общественный контроль;

-контроль, осуществляемый ответственным лицом за организацию работы по охране

труда в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер». Контроль в сфере охраны труда осуществляется за:

- соблюдением работниками требований законов и иных нормативных правовых актов об охране труда Российской Федерации и соответствующего субъекта Российской Федерации, муниципальных правовых актов Администрации города;

- соблюдением порядка расследования и учета несчастных случаев на производстве;

- выполнением мероприятий, предусмотренных программами, планами по улучшению условий и охраны труда, выполнением предписаний органов государственного надзора и контроля за соблюдением требований охраны труда, других мероприятий по созданию безопасных условий труда;

- наличием в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер» документов по охране труда в соответствии с правовыми актами, в которых должны быть разработаны инструкции по охране труда, своевременным их пересмотром;

- проведением специальной оценки условий труда и подготовкой к сертификации работ по охране труда;

- эффективностью работы вентиляционных систем, состоянием предохранительных приспособлений и защитных устройств;

- своевременным проведением обучения по охране труда, проверки знаний требований охраны труда и всех видов инструктажа по охране труда;

- организацией рабочих мест в соответствии с требованиями охраны труда;

- правильным расходованием средств, выделенных на выполнение мероприятий по улучшению условий и охраны труда;

- использованием труда женщин и лиц моложе 18 лет в соответствии с законодательством. Постоянный профилактический контроль состояния условий и охраны труда на рабочих местах – одно из действенных средств предупреждения инцидентов, травматизма и профессиональных заболеваний – осуществляется путем оперативного выявления отклонений от требований охраны труда с оперативным принятием необходимых мер по их устранению.

**8. Правила поведения работников на территории и в помещениях МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер».**

Все работники МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер» должны строго выполнять правила внутреннего трудового распорядка, трудовые функции в соответствии с должностными инструкциями, инструкциями по охране труда и правилами пожарной безопасности. Работники должны выполнять только ту работу, которая поручена непосредственным руководителем. Без необходимости не ходить по другим служебным помещениям, не отвлекать от работы других работников, выполняющих свои должностные обязанности. На перерывах курить только в строго отведенных местах, оборудованных несгораемой урной.

**9. Опасные и вредные производственные факторы**

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. Опасные и вредные факторы по своей природе подразделяются по природе действия на человека на следующие группы:

- физические;

- химические;

- биологические;

- психофизиологические.

**В группу физических факторов входят:**

- движущиеся машины и механизмы, а также их незащищенные подвижные части;

- повышенная запыленность и загазованность воздух;

- повышенная или пониженная температура воздуха рабочей зоны и поверхностей оборудования и материалов;

- повышенный уровень шума, инфразвука, ультразвука, вибрации, ионизирующих и электромагнитных излучений, статического электричества, ультрафиолетового и инфракрасного излучений;

- повышенное напряжение электрической цепи, повышенная напряженность электрического о магнитного полей;

- отклонения от нормы различных характеристик освещения.

**Группа химически опасных и вредных факторов по характеру воздействия на организм человека подразделяется на:**

- общетоксические, раздражающие, сенсибилизирующие, канцерогенные, мутагенные, влияющие на репродуктивную функцию. По пути проникновения в организм человека подразделяются на: (действующие через дыхательные пути, через пищеварительную систему, через кожный покров).

**К биологически опасным и вредным факторам относятся:**

- микро-и макроорганизмы, воздействие которых на человека может вызвать травмы или заболевания - это бактерии, вирусы, растения, животные и т.п.

**Психофизиологические опасные и вредные факторы подразделяются**:

- физические и нервно-психические перегрузки. Физические перегрузки могут быть статические, динамические и гиподинамические.

**К нервно-психическим относятся:**

- умственное перенапряжение, монотонность труда, перенапряжение анализаторов и эмоциональные перегрузки. Все вредные вещества по степени воздействия на организм человека подразделяются на 4 класса опасности:

- чрезвычайно опасные;

- высокоопасные;

- умеренно опасные;

- малоопасные.

**10. Требования санитарии и личной гигиены**

10.1 Санитарные правила, нормы и гигиенические нормативы устанавливают критерии безопасности и безвредности для человека факторов среды его обитания и требования к обеспечению благоприятных условий его жизнедеятельности, а также на обеспечение нормальных условий труда и отдыха.

10.2. Работники имеют право на благоприятную среду и условия труда, факторы которой не должны оказывать опасного и вредного влияния на организм человека настоящего и будущих поколений. Это право обеспечивается проведением комплекса мероприятий по предотвращению влияния на человека неблагоприятных факторов среды его обитания, выполнением организациями и работниками требований санитарного законодательства. Работники имеют право на своевременное возмещение в полном объеме вреда, причиненного им в результате нарушения санитарных правил, повлекших за собой возникновение инфекционных заболеваний и отравлений, а также профессиональных заболеваний.

**10.3. Работодатель обязан:**

- обеспечивать соблюдение действующего санитарного законодательства Российской Федерации и установленных санитарных правил, осуществлять производственный контроль за выполнением санитарных правил;

- разрабатывать и проводить гигиенические и противоэпидемические людей, предупреждение возникновения и распространения заболеваний. В соответствии с Федеральным законом о санитарно - эпидемиологическом благополучии населения, в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер» должен осуществляться контроль за соблюдением требований санитарных правил, проведением гигиенических и лечебно - профилактических мероприятий, направленных на предупреждение возникновения заболеваний работников, использующих ПЭВМ.

10.4.Требования к содержанию помещений и оборудования.

Все помещения Учреждения должны содержаться в чистоте и порядке. Проходы, выходы, коридоры не должны загромождаться оборудованием, мебелью, и прочими предметами. Все двери эвакуационных выходов должны свободно открываться в сторону выхода из помещений. При пребывании людей в помещении, двери могут закрываться лишь на внутренние легко открывающиеся запоры.

**11. Пожарная безопасность**

11.1. Каждый работник МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер» должен четко знать и выполнять требования Правил противопожарного режима в Российской Федерации, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации и инструкцией о мерах пожарной безопасности утвержденным в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер».

11.2. При поступлении на работу каждый работник обязан одновременно с вводным инструктажем пройти инструктаж по пожарной безопасности и периодически проходить повторные инструктажи не реже 1 раза в 6 месяцев с обязательным оформлением в журнале регистрации инструктажа по пожарной безопасности.

11.3. Ответственность за организацию работы по пожарной безопасности в МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер» несет должностное лицо, назначенное приказом директора.

11.4. В каждом помещении должна быть вывешена табличка с указанием фамилии, имени, отчества и должности лица, ответственного за пожарную безопасность данного помещения, и с указанием номера телефона вызова пожарной охраны.

11.5. Лица, ответственные за противопожарную безопасность обязаны:

- на вверенных им участках работы обеспечить соблюдение противопожарного режима;

- следить за соблюдением требований правил по пожарной безопасности подчиненным персоналом.

11.6. Нарушение (невыполнение, или уклонение от выполнения) требований пожарной безопасности, в том числе действующих Правил, влечет дисциплинарную, административную, уголовную ответственность в соответствии с законодательством Российской Федерации.

**12. Требования пожарной безопасности к содержанию помещений и оборудования.**

Все помещения Учреждения должны содержаться в чистоте и порядке. Проходы, выходы, коридоры не должны загромождаться оборудованием, мебелью, и прочими предметами. Все двери эвакуационных выходов должны свободно открываться в сторону выхода из помещений. При пребывании людей в помещении, двери могут закрываться лишь на внутренние легко открывающиеся запоры. В помещениях запрещается курить и пользоваться открытым огнем (курить разрешается за пределами объектов МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер» за пределами 15 метров до входа на территорию школы). Сотрудники МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер» должны знать местонахождение средств пожаротушения и уметь ими пользоваться (огнетушителями, пожарными кранами, другим противопожарным инвентарем, системой оповещения), а также правила поведения при задымлении, возгорании, пожаре, знать пути эвакуации людей.

**13. Требования пожарной безопасности к электрооборудованию**

Бытовые приборы (электрочайники, обогреватели) должны быть только заводского изготовления, с исправными устройствами тепловой защиты, для каждого прибора должна быть подставка из негорючего материала, исключающая опасность возникновения пожара.

**Работникам МБУ ДО «ДЮСШ «Лидер» запрещается:**

- эксплуатировать провода и кабели с поврежденной или потерявшей защитные свойства изоляцией;

- пользоваться поврежденными розетками, автоматами и другим электрооборудованием;

- заниматься самостоятельным ремонтом электропроводки и электрических щитков.

К ремонтным работам допускаются только работники, имеющие соответствующую группу по электробезопасности;

- оставлять без присмотра включенное в сеть электрооборудование. По окончании рабочего дня все электрооборудование, кроме дежурного освещения и пожарно-охранной сигнализации должно быть отключено от сети.

**14. Порядок действий персонала при пожаре**

Каждый работник при обнаружении пожара или признаков горения обязан:

- немедленно сообщить об этом в пожарную охрану по телефону: 101 (01) (со стационарного телефона) или 112 (с мобильного телефона), при этом назвать адрес, место возгорания, а также свои фамилию и должность; сообщить непосредственному руководителю и лицу, ответственному за пожарную безопасность;

- если возможно, обесточить электрооборудование путем отключения рубильника, автоматического выключателя, и т. д.;

- принять меры по эвакуации людей, приступить к тушению пожара имеющимися средствами пожаротушения, в ситуации угрожающей жизни работника покинуть опасное место. Лицо, ответственное за пожарную безопасность, прибыв на место пожара, должно организовать эвакуацию людей и материальных ценностей.

**15. Несчастные случаи**

Несчастный случай на производстве – это событие, в результате которого работник получил увечье или иное повреждение здоровья при исполнении трудовых обязанностей или выполнении какой-либо работы по поручению работодателя, а также при осуществлении иных правомерных действий, обусловленных трудовыми отношениями с работодателем либо совершенных в его интересах, результатом которого явилась смерть работника или утрата трудоспособности, а также необходимость перевода на другую работу. Расследованию в порядке, установленном Трудовым кодексом Российской Федерации и Положением об особенностях расследования несчастных случаев на производстве, утвержденным постановлением Министерства труда и социального развития Российской Федерации, подлежат события, в результате которых работниками были получены увечья или иные телесные повреждения (травмы), в том числе причиненные другими лицами, включая тепловой удар, ожог, обморожение, утопление, поражение электрическим током (в том числе молнией), укусы и другие телесные повреждения травматического характера, происшедшие:

- при непосредственном исполнении трудовых обязанностей или работ по заданию работодателя, в том числе во время служебной командировки, а также при совершении иных правомерных действий в интересах работодателя;

- на территории работодателя, других объектах и площадях, закрепленных за работодателем, либо в ином месте работы в течение рабочего времени (включая установленные перерывы), перед началом и после окончания работы, в сверхурочные, выходные и праздничные дни;

- при следовании на работу или с работы на транспортном средстве работодателя или сторонней организации, предоставившей его на основании договора с работодателем, а также на личном транспортном средстве в случае использования его в производственных целях в соответствии с документально оформленным соглашением сторон трудового договора или объективно подтвержденным распоряжением работодателя либо его ведома;

- во время служебных поездок на общественном транспорте, а также при следовании по заданию работодателю к месту выполнения работ и обратно, в том числе пешком;

- при следовании к месту служебной командировки и обратно;

- при следовании на транспортном средстве в качестве сменщика во время междусменного отдыха;

- при привлечении в установленном порядке к участию в ликвидации последствий катастроф, аварий и других чрезвычайных ситуаций природного, техногенного, криминогенного и иного характера.

**Работодатель (его представитель) при несчастном случае обязан:**

- немедленно организовать первую помощь пострадавшему и при необходимости доставку его в медицинскую организацию;

- принять неотложные меры по предотвращению развития аварийной или иной чрезвычайной ситуации и воздействия травмирующих факторов на других лиц;

- сохранить до начала расследования несчастного случая обстановку, какой она была на момент происшествия, если это не угрожает жизни и здоровью других лиц и не ведет к катастрофе, аварии или возникновению иных чрезвычайных обстоятельств, а в случае невозможности ее сохранения – зафиксировать сложившуюся обстановку (составить схемы, провести фотографирование или видеосъемку, другие мероприятия);

- немедленно проинформировать о несчастном случае органы, указанные в Трудовом кодексе Российской Федерации, других федеральных законах и иных нормативных правовых актах Российской Федерации, о тяжелом несчастном случае или несчастном случае со смертельным исходом – также родственников пострадавшего;

- принять иные необходимые меры по организации и обеспечению надлежащего и своевременного расследования несчастного случая и оформлению материалов расследования в соответствии с требованиями Трудового кодекса Российской Федерации.

Работодатель (его представитель) в трехдневный срок после завершения расследования несчастного случая на производстве обязан выдать один экземпляр утвержденного им и заверенного печатью акта формы Н-1 пострадавшему, а при несчастном случае на производстве со смертельным исходом - доверенным лицам пострадавшего (по их требованию). Вторые экземпляры утвержденного и заверенного печатью акта формы Н-1 с копиями материалов расследования хранятся в течение 45 лет у работодателя. При страховых случаях третий экземпляр утвержденного и заверенного печатью акта формы Н-1 работодатель направляет в исполнительный орган страховщика (по месту регистрации в качестве страхователя). Копии актов о расследовании несчастных случаев направляются председателями комиссий во все структуры, кому было послано сообщение о несчастном случае на производстве.

**16. Квалификация несчастных случаев на производстве**

Квалификация несчастного случая на производстве – это установление и юридическое закрепление в соответствующих актах точного соответствия признаков произошедшего несчастного случая и признаков несчастного случая на производстве, предусмотренных трудовым законодательством. Квалификация несчастного случая на производстве служит основанием для выплат по возмещению вреда и для иных правовых последствий этой квалификации. Степень тяжести повреждения здоровья при несчастных случаях на производстве определяется в соответствии со Схемой к Приказу Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации «Об определении степени тяжести повреждения здоровья при несчастных случаях на производстве». В соответствии с указанной Схемой все несчастные случаи на производстве по степени тяжести повреждения здоровья можно разделить на две категории тяжелые и легкие. Также несчастные случая на производстве бывают групповые и со смертельным исходом.

**17. Причины несчастных случаев**

Причины и виды несчастных случаев и видов происшествий определены классификатором для форм отчетности, утвержденной приказом Федеральной службы по труду и занятости. Основными причинами несчастных случаев на производстве является следующее:

- недостаточное знание работниками правил безопасности производства работ;

- невыполнение работниками действующих правил и инструкций по технике безопасности даже при хорошем их знании;

- нарушение трудовой и производственной дисциплины;

- невыполнение приказов директора по вопросам охраны труда;

- выполнение работ в нетрезвом состоянии.

**18. Профессиональные заболевания**

По характеру течения различают острые и хронические профессиональные заболевания. Острое профессиональное заболевание (интоксикация) возникает внезапно, после однократного (в течение не более одного рабочего дня, одной рабочей смены) воздействия относительно высоких концентраций химических веществ, содержащихся в воздухе рабочей зоны, а также уровней и доз других неблагоприятных факторов и влечет временную или стойкую потерю трудоспособности. Хроническое профессиональное заболевание возникает в результате длительного систематического воздействия на организм неблагоприятных факторов и влечет временную или стойкую потерю трудоспособности. При установлении у работника факта профессионального заболевания, работодатель обязан произвести расследование обстоятельств и причин возникновения у работника профессионального заболевания в соответствии с Положением о расследовании и учете профессиональных заболеваний, утвержденным Постановлением Правительства Российской Федерации.

**19. Электробезопасность**

Электробезопасность - это система организационных и технических мероприятий и средств, обеспечивающих защиту людей от вредного и опасного воздействия электрического тока, электрической дуги, электрического поля и статического электричества. Вероятность электротравм на производстве в большей степени обусловлена следующими факторами:

- протяженностью и разветвленностью электрических цепей;

- необходимостью постоянного контакта с нетоковедущими частями электроустановок и их связью с технологическим оборудованием;

- большим количеством орудий труда, проводящих электрический ток; - подвижными механизмами, связанными с электроустановками, протяженными металлическими конструкциями, на которых возможно появление напряжения;

- значительным количеством ручного электроинструмента и переносных пультов управления. В отношении опасности поражения людей электрическим током помещения классифицируются:

- помещения без повышенной опасности, в которых отсутствуют условия, создающие повышенную или особую опасность;

- помещения с повышенной опасностью, характеризующиеся наличием в них одного из условий, создающих повышенную опасность;

- высокая температура;

- токопроводящая пыль;

- токопроводящие полы (металлические, железобетонные, кирпичные); - возможность одновременного прикосновения человека к металлоконструкциям зданий, имеющим соединение с землей, и электротехнологическими аппаратами, механизмами, (электрооборудованием с металлическими корпусами, которое должно быть надежно заземлено).

Персонал, связанный с работой, при выполнении которой может возникнуть опасность поражения электрическим током, должен иметь элементарное представление об опасности электрического тока и о мерах безопасности при работе с ПЭВМ и другим электро-технологическим оборудованием, должен быть знаком с правилами оказания первой помощи пострадавшим от электрического тока. Не электротехническому персоналу, связанному с такой работой, присваивается I группа по электробезопасности, которому необходимо изучить и выполнять требования соответствующей инструкции. Воздействие электрического тока может вызывать неприятные ощущения, ожоги, обморок, судороги, прекращение дыхания и даже смерть. Чем продолжительнее воздействие тока на организм человека, тем больше вероятность тяжелого или смертельного поражения. Объясняется это тем, что при продолжительном воздействии тока сопротивление тела человека падает, ток может возрасти до опасной величины.

**20. Предупреждение электротравматизма**

Утомленность, растроенность, нетрезвое состояние сильно влияют на исход электротравмы. Работникам запрещается работать:

- на неисправном оборудовании;

- с нарушенной изоляцией электропроводки и кабелей, электроприборами и аппаратами со сломанными корпусами.

Ремонт электрооборудования на предприятии разрешается проводить только электротехническому персоналу. Если при прикосновении к корпусу электрооборудования, прибора, трубе отопления и другим металлическим предметам «бьет» током, то это значит, что данный предмет находится под напряжением в результате какого-то повреждения электрической сети. Необходимо отключить поврежденное электрооборудование от сети,

предупредить окружающих об опасности, предупредить непосредственного руководителя и вызвать электромонтера. Работникам запрещается:

- очищать от пыли осветительную арматуру и электролампы включенных в сеть;

- пользоваться самодельными электрическими обогревателями, неисправным электроинструментом, а также заполнять водой нагревательные приборы, заранее включенные в сеть;

- применять оголенные провода вместо штепсельных вилок;

- открывать и проникать в электрощитовые, силовые щиты, щитки освещения, прикасаться к оборванным проводам и кабелям; - при использовании бытовых приборов (чайники, обогреватели и т.п.) необходимо помнить о том, что они должны быть только заводского исполнения, каждый прибор должен быть обеспечен изолирующей несгораемой подставкой, корпус этих приборов должны быть в защитном исполнении.

**21 . Первая помощь пострадавшим**

Каждый работник должен уметь оказать первую доврачебную помощь пострадавшему при несчастных случаях. При попадании человека под действие электрического тока необходимо:

- как можно скорее освободить пострадавшего от действия электрического тока, так как от продолжительности этого действия зависит тяжесть электротравмы, сообщить о случившемся непосредственному руководителю подразделения, вызвать скорую помощь, при необходимости принять меры к оказанию первой помощи до приезда врача;

- первым действием оказывающего помощь должно быть немедленное отключение той части электроустановки, которой касается пострадавший;

- отключение производится с помощью выключателей, рубильников, и других отключающих аппаратов, а также путем снятия и вывертывания предохранителей (пробок), штепсельного разъема (соединения);

- если пострадавший крепко сжимает в руке токопроводящий элемент или провод для освобождения его необходимо применить инструмент с изолированными рукоятками (кусачки, пассатижи и т.п.) при условии, если пострадавший попал под напряжение до 1000 В);

- если пострадавший находится на высоте, необходимо принять меры, предупреждающие его падение или обеспечивающие его безопасность;

- если отключить установку достаточно быстро нельзя, необходимо принять меры к освобождению пострадавшего от действий тока. Во всех случаях оказывающий помощь не должен прикасаться к пострадавшему без надлежащих мер предосторожности. Он должен следить за тем, чтобы самому не оказаться в контакте с токоведущей частью;

- для отделения, пострадавшего от токоведущих частей или провода напряжением до1000 В, следует воспользоваться канатом, палкой, доской, или каким-либо другим изолирующим материалом, (не проводящим электрическое напряжение). Можно также оттянуть его за одежду (если она сухая и отстает от тела), например, за полы пиджака или пальто, за воротник, избегая при этом прикосновения к окружающим металлическим предметам и к телу пострадавшего. Оттаскивая пострадавшего за ноги, оказывающий помощь не должен касаться его обуви без хорошей изоляции своих рук, так как обувь может быть сырой и может являться проводником электрического напряжения. Для изоляции рук, оказывающий помощь должен одеть диэлектрические перчатки или обмотать руку шарфом, натянуть на руку суконную фуражку, или рукав пиджака, пальто и т.п., можно также изолировать себя, встав на резиновый диэлектрический коврик, сухую доску или какой-либо диэлектрический материал;

- при отделении пострадавшего от токоведущих частей рекомендуется действовать одной рукой, держа вторую в кармане или за спиной;

- после освобождения пострадавшего от действия электрического тока необходимо оценить его состояние. При определенных навыках, владея собой, оказывающий помощь в течение одной минуты способен оценить состояние пострадавшего и решить в каком объеме следует оказать ему помощь. При оказании первой помощи необходимо:

- определить тяжесть травмы, представляющей угрозу для жизни пострадавшего, и последовательность мероприятий по его спасению;

- выполнить необходимые мероприятия по спасению пострадавшего в порядке срочности: восстановить проходимость дыхательных путей; провести искусственное дыхание; наружный массаж сердца;

- если нет сознания и пульса на сонной артерии – приступить к реанимации; освободить грудную клетку от одежды и расстегнуть поясной ремень; прикрыть двумя пальцами мечевидный отросток (нельзя наносить удар по мечевидному отростку или в область ключиц); нанести удар кулаком по грудине (нельзя наносить удар при наличии пульса на сонной артерии), начать непрямой массаж сердца (глубина продавливания грудной клетки должна быть не менее 3-4 см); сделать «вдох» искусственного дыхания (зажать нос, захватить подбородок, запрокинуть голову пострадавшего и сделать максимальный выдох ему в рот);

- выполнять комплекс реанимации (если оказывает помощь один спасатель, то два «вдоха» искусственного дыхания после 15 надавливаний на грудину;

- если оказывает помощь группа спасателей, то два «вдоха» искусственного дыхания делают после 5 надавливаний на грудину;

- для быстрого возврата крови к сердцу приподнять ноги пострадавшего. Для сохранения жизни головного мозга – приложить холод к голове (можно использовать пузырь со льдом или бутылки и пакеты с холодной водой или снегом, либо гипотермический пакет). Для удаления воздуха из желудка – повернуть пострадавшего на бок и надавить кулаками в области пупка;

- при сужении зрачков, но отсутствии сердцебиения реанимацию нужно проводить до прибытия медперсонала;

- если нет сознания, но есть пульс на сонной артерии: повернуть пострадавшего на живот (только в положении «лежа на животе» пострадавший должен ожидать прибытия врачей) (нельзя оставлять пострадавшего в состоянии комы, лежа на спине);

- удалить слизь и содержимое желудка из ротовой полости (рвотные массы) и периодически удалять с помощью салфетки или резинового баллончика (методом отсоса), на протяжении всего времени оказания помощи;

- вызвать скорую медицинскую помощь или врача, либо принять меры для транспортировки пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение;

- до приезда врача продолжать выполнять все мероприятия по спасению пострадавшего.

**22. Оказание первой медицинской помощи при отдельных видах повреждений и внезапных заболеваниях.**

**Обработка ран:**

При всяком повреждении кожи и глубже лежащих тканей необходимо обработать края раны йодом и наложить повязку. При этом:

- рану не промывать, инородные тела из раны не извлекать. Кожу по краям раны протереть стерильным материалом, производя движения от рановой поверхности к неповрежденной коже;

- такими же движениями смазать кожу вокруг раны йодом. Рану йодом не заливать;

- рану закрыть стерильным материалом, не прикасаясь руками к части материала, прилежащей к ране. Наложить сухую повязку.

**Остановка кровотечения из раны:**

- Артериальное (кровь ярко-алого цвета, брызжет пульсирующее струей). Принять меры к остановке кровотечения давящей повязкой. Для этого на рану кладется стерильный материал. Поверх этого материала накладывается туго свернутый валиком бинт или кусок поролона или губчатой резины, производится тугое бинтование;

- Если тугая повязка не промокает – накладывается резиновый жгут выше места повреждения сосуда. При отсутствии жгута накладывается закрутка или ремня, платка и т.д., которая затягивается и закрепляется с помощью палочки. Жгут лучше накладывать на одежду или мягкую прокладку без складок. Жгут можно держать не более 1,5 – 2 часов;

- При очень сильном кровотечении надо сразу придавливать сосуд выше места кровотечения пальцами к кости. Это дает время

сориентироваться и выбрать способ остановки кровотечения. Сосуд следует прижимать к кости большим пальцем, либо четырьмя остальными пальцами так, чтобы они легли вдоль артерии;

- При расположении кровоточащего сосуда в таком месте, где невозможно наложить жгут (подмышечная область, паховая область), можно произвести остановку кровотечения путем резкого сгибания конечности в ближайших суставах и сдавливания, таким образом, сосуда. Конечность должна быть фиксирована в придавленном положении повязкой. Венозное и капилярное:

- Струится темно-красная или сочится красная кровь (накладывается стерильная, умеренно давящая повязка).

**Ушибы:**

- признаки, припухлость, кровоподтек и боль, возможно, некоторое ограничение движений. Если наружные ушибы незначительны, на ушибленное место необходимо положить холодный компресс;

- при тяжелых наружных ушибах, при ушибах внутренних органов надо как можно скорее вызвать врача или немедленно доставить пострадавшего на носилках в ближайший медицинский пункт.

**Растяжения:**

- признаки – отек, кровоподтеки и сильные боли в области сустава, ограничение активных движений в суставах. Помощь – покой, холод. Накладывается мягкая фиксирующая повязка (на голеностопный, коленный, локтевой суставы – восьмеркообразная).

**Вывихи:**

- При вывихе происходит смещение суставных поверхностей, часто с разрывом суставной сумки. Признаки – изменение формы, длины конечности, резкая болезненность, особенно при попытках движений. Не следует пытаться вправить вывих.

Помощь - обеспечить полную неподвижность поврежденной конечности с помощью шины и приложить «холод» к месту травмы.

**Переломы:**

- При переломе происходит нарушение целостности кости. Обломки кости могут оставаться на месте (переломы без смещения) или смещаться. Переломы без повреждения кожи над местом перелома – закрытые, при повреждении кожи над местом перелома – открытые переломы.

**Основные признаки перелома:**

- резкая боль, припухлость, кровоподтеки, нарушение движений в конечности;

- при переломах со смещением, деформация конечности. Возможно появление хруста в месте перелома, неморальной подвижности, но специально эти признаки выявлять не следует. Ряд признаков перелома сходен с признаками ушиба и растяжений. При малейшем подозрении на перелом, помощь должна быть такой же, как и при явном переломе.

**Помощь при переломе конечности:**

- Перелом не вправлять. При открытом переломе костные обломки не трогать, наложить стерильную повязку. Главное обеспечить полную неподвижность поврежденных костей.

Для этого к пострадавшей конечности с помощью бинта, косынки или подручных средств, прикрепляется специальная транспортная шина, доска, лыжа, палка, металлическая пластина и т.п. Шины или подручные средства должны быть заложены таким образом, чтобы захватить суставы, находящиеся выше и ниже места перелома.

Сломанная конечность может быть зафиксирована к здоровой конечности (нога) или к туловищу (рука). Помощь при переломе ключицы, лопатки: Подвесив руку на косынку, то же следует сделать после фиксации кисти, предплечья. Помощь при переломе таза и позвоночника:

Основные признаки: боли в области таза, позвоночника, нередко ограничения движений в конечностях. Опасность при оказании помощи: повреждение внутренних органов, шок, повреждение спинного мозга. Основная помощь – уложить пострадавшего в горизонтальном положении на спину, на твердую гладкую поверхность. При болях в шейном отделе позвоночника – закрепить голову и шею путем обкладывания их по бокам какими-либо мягкими предметами. При перекладывании пострадавшего – фиксировать голову и шею.

**Помощь при переломе челюсти:**

Признаки – сильная боль, припухлость, возможно кровотечение изо рта или носа. Помощь - прашевидная повязка, идущая через подбородок и прижимающая нижнюю челюсть к верхней. При бессознательном состоянии пострадавшего положить на бок.

**Черепно-мозговая травма:**

К ней относятся сотрясение и ушиб мозга, перелом костей черепа.

**Сотрясение мозга:**

Кратковременная потеря сознания, головная боль, головокружение, тошнота, общая слабость.

Первая помощь – лежачее положение, транспортировка в лежачем положении

**Ушиб мозга**:

Возможна длительная потеря сознания, рвота в бессознательном состоянии с попаданием рвотных масс в дыхательные пути, западание языка, что затрудняет дыхание. Помощь для предотвращения попадания масс в дыхательные пути и уменьшения западания языка (при отсутствии перелома Таза):

- больного следует уложить на бок, подложив под голову что-нибудь таким образом, чтобы голова не свешивалась, но и не была приподнята.

**Перелом черепа:**

Может по своим признакам ничем не отличаться от сотрясения и ушиба мозга, но в ряде случаев проявляется наличием раны в области перелома, незначительным или обильным истечении крови или прозрачной жидкости из носа, рта или уха. Помощь та же, что и при ушибе мозга. На рану наложить стерильную повязку, «холод» и обеспечить полный покой.

**Состояния, непосредственно угрожающие жизни:**

- Шок. Возникает при тяжелых повреждениях, сопровождающихся сильным болевым раздражением. Предупреждение - исключение повторных болевых раздражителей вследствие перекладывания, движений в сломанных конечностях и т.п., прочная фиксация переломов. Помощь – создать покой, дать пострадавшему анальгин, при холодной погоде – согреть пострадавшего.

**Нарушение дыхания:**

- Могут быть вследствие западания языка, закупорки дыхательных путей инородными телами, а также вследствие остановки дыхания. Признаки закупорки дыхательных путей (затрудненное, неритмичное, хрипящее или клокочущее дыхание).

**Признаки остановки дыхания:**

-отсутствие видимых дыхательных движений, пострадавший может посинеть или побледнеть.

**Помощь при закупорке дыхательных путей:**

- Марлей, чистой тряпочкой, намотанной на палец, или инструментом очистить рот и более глухие отделы глотки от инородных тел, повернуть голову или всего пострадавшего набок. При западании языка можно ввести резиновую плотную трубку диаметром 1-1,5 см. или специальный воздуховод по пальцу за корень языка на 1 – 2 см.

**Внимание:**

При очистке рта и введении трубки с помощью пальца, контролировать положение языка, чтобы не протолкнуть его в глубину! При очистке рта и глотки, следить за тем, чтобы не оставить в глотке тряпочку или марлю.

**Помощь при остановке дыхания:**

- Производится искусственное дыхание способом «изо рта в рот» или через вышеуказанную трубку (воздуховод). При проведении искусственного дыхания нос пострадавшего следует зажать. Искусственное дыхание у детей проводится сразу через нос и рот. В гигиенических целях можно на рот пострадавшего положить марлевую салфетку. Техника искусственного дыхания «изо рта в рот» или через дыхательную трубку;

- Проводящий искусственное дыхание после глубокого достаточного вдоха прижимает свой рот ко рту пострадавшего или берет в рот дыхательную трубку и делает энергичный выдох. При этом надо следить, чтобы воздух не выходил изо рта пострадавшего. Выдох происходит самостоятельно. Частота искусственного дыхания 14 - 18 раз в минуту.

**Остановка сердца:**

- Признаки, исчезновение пульса, бледность кожного покрова, одновременно остановка дыхания.

Помощь – непрямой массаж сердца. Пострадавшего укладывают на спину, на твердую поверхность, удобнее поверхность, удобнее на высоте обеденного стола. Оказывающий помощь становится слева, кладет левую ладонь на нижний конец грудины и с силой сдавливает грудную клетку строго вертикально, дополнительно нажимая на левую руку правой. Подобные сдавливания производятся 60 раз в минуту, грудная клетка сдавливается на 2 - 4 см. Одновременно проводится искусственное дыхание. Если помощь оказывает один человек, то на каждые 4 – 5 сдавливании делается один вдох. При эффективности этого мероприятия появляется пульс, уменьшается бледность, суживаются зрачки. И, наконец, восстанавливается самостоятельная деятельность сердца.

**Ожоги:**

- Ожоги бывают термические – вызванные огнем, паром, горячими предметами и веществами;

- химические - вызванные кислотами и щелочами, а также солями некоторых тяжелых металлов;

- электрические – от воздействия электрического тока или электрической дуги.

**Признаки:**

- покраснение, припухлость кожи (ожог 1 степени);

- пузыри с прозрачной жидкостью (ожог 2 степени);

- омертвление поверхности и глубоких слоев кожи (ожог 3 степени);

- обугливание кожи, поражение мышц, сухожилий и костей (ожог 4 степени).

**Первая помощь:**

- пострадавшего вынести из огня. Если на человеке горит одежда, как можно быстрее набросите на него брезент, одеяло, плащ или облейте водой в направлении от головы к ногам. С поверхности ожога не следует снимать остатки обгоревшей ткани, чем-либо ее смазывать, вскрывать пузыри. На обоженную поверхность накладывают сухую чистую повязку.

- при обширных ожогах, пострадавшего следует завернуть в простыню и доставить в медицинское учреждение. При ожогах глаз следует сделать холодные примочки из борной кислоты. При первых признаках шока, когда пострадавший резко бледнеет, дыхание у него становится поверхностным и частым, пульс едва прощупывается, необходимо срочно дать ему выпить успокоительного препарата.

**Обморожения:**

- побеление кожи и потеря чувствительности, покраснение и отек кожи (1 степень);

- образование пузырей, наполненных мутной или слегка кровянистой жидкостью (2 степень);

- проявляются пузыри с кровянистым содержанием, омертвление мягких тканей (3 и 4 степени).

**Первая помощь:**

- пострадавшего отправить в теплое помещение, дать согревающее питье.

- обмороженный участок растереть ватой (или чистой мягкой тканью), смоченной спиртом, водкой, одеколоном. Если до жилья или теплого фургона далеко, растереть кожу руками, чистым носовым платком (но не снегом!).

Все эти меры приносят пользу только в самом начале обморожения. Если появилась краснота или образовались пузыри – растирание и отогревание уже принесут вред. На поврежденный участок необходимо наложить сухую чистую повязку и обратиться за медицинской помощью.

**Пищевые отравления:**

- Признаки, головная боль, появление тошноты, рвоты, боль в желудке, потеря сознания, ослабление сердечной деятельности и нарушение дыхания.

- Иногда возникает понос, повышается температура тела;

**Первая помощь:**

- удалить вещества, вызывающие отравление (промыть желудок), дать обильное питье.

Промывание повторяют несколько раз, затем выпить активированный уголь (2 - 4 столовые ложки угля растворяют в стакане воды). При нарушении дыхания провести искусственное дыхание.

**Отравление угарным газом:**

- Признаки, головная боль, головокружение, шум в ушах, боль в груди, сухой кашель, слезотечение, покраснение кожных покровов. Учащенное сердцебиение, сонливость, потеря сознания.

**Первая помощь:**

- прекратить воздействие газа, обеспечить доступ свежего воздуха, облить холодной водой голову, расстегнуть одежду, стесняющую дыхание, уложить пострадавшего, приподняв ноги, растереть тело, укрыть потеплее, дать понюхать нашатырный спирт.

При потере сознания и нарушении сердечной деятельности провести искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Очень важно выяснить причину отравления путем опроса очевидцев, пострадавшего и тщательного осмотра места происшествия – все это имеет решающее значение для оказания последующей медицинской помощи.

**При засорении глаз:**

- Ни в коем случае не разрешается удалять попавший предмет руками. Спичкой, грязным платком и т.п., нельзя также тереть засоренный глаз.

Если пылинка не выходит при моргании, необходимо промыть глаз раствором борной кислоты (одна чайная ложка на стакан воды) или чистой кипяченой водой, оттянув веко (сначала промывают кожу вокруг глаза). Пострадавший при этом должен лежать, а раствор нужно капать во внешний угол глаза. Если постороннее тело не удается вынуть, таким образом, нужно обратиться к врачу. При ранении глаза необходимо наложить повязку и срочно отправить пострадавшего к врачу.

**При утоплении:**

Первая помощь утонувшему зависит от вида утопления. Различают два вида утопления:

- синий тип (синяя асфикация), при котором вода заполняет легкие;

При синем типе утопление после извлечения пострадавшего из воды следует сначала удалить воду из дыхательных путей. После прекращения вытекания воды пострадавшего нужно уложить на спину, очистить полость рта и приступить к проведению искусственного дыхания. Если у пострадавшего нет пульса на сонных артериях и расширены зрачки, необходимо сразу же начать делать наружный массаж сердца.

- бледный тип (белая асфикация), когда вода не проникает в легкие;

При бледном типе утопления, после извлечения пострадавшего из воды сразу же следует начинать проводить реанимационные мероприятия (искусственное дыхание и наружный массаж сердца). При наличии помощников в это время должны растирать и согревать тело пострадавшего.

**Защита от гнуса:**

В лесах в теплое время года на людей нападает «гнус» - кровососущие мошки, комары, слепни. Для защиты от них в дневное время используют специальные препараты. Их наносят на одежду (костюм для защиты от гнуса), смазывают также кожу открытых частей тела. Специальные препараты – это средства лишь отпугивающие насекомых, а не уничтожающие их.

**Переноска и транспортировка пострадавшего:**

Транспортировка – один из важнейших элементов оказания первой до врачебной помощи. Для переноски пострадавшего используют стандартные носилки или сооружают из подручных материалов (палок, лестниц, палаток, одеял, плащей). Положение пострадавшего на носилках зависит от полученной травмы. Чаще всего это горизонтальное положение с приподнятой головой.

При ранениях грудной клетки пострадавшего транспортируют в полу сидячем положении, при повреждениях позвоночника на спине, на жесткой основе (щит, доски, фанера и т.д.), при повреждении таза – с согнутыми и разведенными в стороны ногами.

**Отравление угарным газом:**

- Признаки (головная боль, головокружение, шум в ушах, боль в груди, сухой кашель, слезотечение, покраснение кожных покровов). Учащенное сердцебиение, сонливость, потеря сознания.

**Первая помощь:**

- прекратить воздействие газа, обеспечить доступ свежего воздуха, облить холодной водой голову, расстегнуть одежду, стесняющую дыхание, уложить пострадавшего, приподняв ноги, растереть тело, укрыть потеплее, дать понюхать нашатырный спирт. - при потере сознания и нарушении сердечной деятельности провести искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

Очень важно выяснить причину отравления путем опроса очевидцев, пострадавшего и тщательного осмотра места происшествия – все это имеет решающее значение для оказания последующей медицинской помощи.

Разработал:

Заместитель директора по спортивным сооружениям Астраханов В.И.

**Программа вводного инструктажа по охране труда**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование темы** | **Количество минут** |
| 1 | Общие сведения об учреждении | 5 |
| 2 | Положение законодательства Российской Федерации по охране труда. | 10 |
| 3 | Трудовой договор: рабочее время и время отдыха; льготы и компенсации | 10 |
| 4 | Правила внутреннего трудового распорядка | 10 |
| 5 | Организация работы по охране труда в Учреждении: контроль за состоянием охраны труда. | 10 |
| 6 | Правила поведения работников на территории и в помещениях | 10 |
| 7 | Опасные и вредные производственные факторы | 10 |
| 8 | Требования производственной санитарии и личной гигиены | 20 |
| 9 | Пожарная безопасность: требования пожарной безопасности к содержанию помещений; требования пожарной безопасности к электрооборудованию; порядок действия персонала при пожаре. | 10 |
| 10 | Несчастные случаи: квалификация несчастных случаев на производстве; причины несчастных случаев; действия работников при возникновении несчастного случая. Профессиональные заболевания | 10 |
| 11 | Электробезопасность: предупреждение электротравматизма | 15 |
| 12 | Первая помощь пострадавшим | 30 |
|  | ИТОГО | 2 ч. 30 мин |