Согласовано: Утверждаю:

Председатель ПК Заведующий МАДОУ ЦРР-д/с № 14

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.В. Чепрасова \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.Д.Ландарь

«\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г. «\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_20\_\_г.

***ИНСТРУКЦИЯ № 10***

***По охране жизни и здоровья воспитанников при проведении занятий***

***по физкультуре***

**1. Общие требования безопасности**

1.1. К занятиям по физкультуре допускаются дети дошкольного возраста, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий по физкультуре соблюдать правила поведения, расписание НОД, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по физкультуре возможно воздействие на воспитанников следующих опасных факторов:

- травмы при выполнении упражнений на неисправных спортивных снарядах, а также при выполнении упражнений без страховки;

- травмы при выполнении гимнастических упражнений без использования гимнастических матов.

1.4. В спортзале должна быть медаптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств для оказания первой помощи при травмах.

1.5. При проведении занятий по физкультуре в спортзале соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Спортзал должен быть обеспечен двумя огнетушителями,

**2 Требования безопасности перед началом занятий**

2.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользящей подошвой.

2.2. Проветрить спортивный зал,

2.3. Проверить надежность конструкций и крепления спортивных снарядов.

2.4. В местах соскоков со снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

**3. Требования безопасности во время занятий**

3.1. Не допускать воспитанников выполнять упражнений на снарядах без воспитателя по физкультуре или его помощника, а также без страховки.

3.4. Не выполнять упражнений на снарядах с влажными ладонями.

3.3. При выполнении прыжков и соскоков со снарядов приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая.

3.4. 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, покраснениях кожи или потертостей на ладонях, а также при плохом самочувствии, прекратить занятия и сообщить об этом воспитателю.

4.2. При возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятия, эвакуировать детей из зала, сообщить о пожаре администрации д/сада и в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.

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

**5. Требования безопасности по окончании занятий**

5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.

5.2. Проветрить спортивный зал.

5.3. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.

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

Инструкцию составил (а) Зам. заведующего по ВМР

С инструкцией ознакомлен (а):