





Утверждаю  
Заведующий МДОУ «Д/с №12»  
Г.В. Борчагова  
01.09.2017

## **ИНСТРУКЦИЯ № 6 ПО ОХРАНЕ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ**

### ***ПРИ ОРГАНИЗАЦИИ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ ЗАНЯТИЙ***

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

- 1.1. К проведению занятий с воспитанниками допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.
- 1.2. Опасные факторы:
  - Травмы при выполнении упражнений без страховки;
  - Травмы при падении на скользком твердом покрытии;
  - Травмы при нахождении в зоне броска во время занятий по метанию;
  - Выполнение упражнений без разминки.
- 1.3. Спортивный зал должен быть обеспечен огнетушителями и аптечкой, укомплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.
- 1.4. После окончания занятий тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

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

- 2.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
- 2.2. Проверить надежность крепления тренажеров.
- 2.3. В местах соскоков со снарядов положить гимнастические маты, так, чтобы их поверхность была ровной.
- 2.4. Провести разминку.

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

- 3.1. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах (скамейки, шведская стенка и др.) без инструктора по физкультуре или его помощника, а также без страховки.
- 3.2. При выполнении прыжков и соскоков со снарядов приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая.
- 3.3. Не стоять близко к снаряду при выполнении упражнений другим ребенком.
- 3.4. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.
- 3.5. Во избежание столкновения исключить резко «стопорящую» остановку
- 3.6. Не приземляться при прыжках на руки.
- 3.7. Перед выполнением упражнения по метанию, посмотреть, нет ли людей в секторе метания.
- 3.8. Не производить метания без разрешения воспитателя или инструктора по физкультуре, не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.
- 3.9. Не стоять справа от метаемого, не находиться в зоне броска, не ходить за снарядами без разрешения инструктора по физкультуре.
- 3.10. Не подавать снаряд для метания друг другу броском.

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

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

- 4.1. Сообщать о плохом самочувствии воспитателю, отстранять ребенка от занятий в случае недомогания.
- 4.2. При получении воспитанником травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения и родителям пострадавшего, при необходимости отправить его в 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. Тщательно вымыть лицо и руки с мылом.