

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №2 общеразвивающего вида»

СОГЛАСОВАНО  
Председатель первичной  
Профсоюзной организации  
*Тютинская* Г.С. Тютинская  
« 11 » сентября 2020 г.

УТВЕРЖДЕНО  
Приказом МДОУ «Детский сад № 2»  
№ 01-14/119 от 11.09.2020



### ИНСТРУКЦИЯ № 06-12 /11

## ПО ОРГАНИЗАЦИИ ОХРАНЫ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКОВ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СПОРТИВНОМ И ТРЕНАЖЕРНОМ ЗАЛЕ

### 1. Общие требования безопасности

1.1. К самостоятельной работе при проведении образовательной деятельности в спортивном и тренажерном залах с воспитанниками допускаются лица в возрасте не моложе 18 лет, прошедшие инструктаж по охране труда, медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При работе по проведению образовательной деятельности с воспитанниками в спортивном и тренажерном залах соблюдать правила внутреннего трудового распорядка, установленные режимы труда и отдыха.

#### 1.3. Опасные факторы:

- травмы при выполнении упражнений на неисправных спортивных снарядах, а также при выполнении упражнений без страховки;
- травмы при выполнении гимнастических упражнений без использования гимнастических матов;
- травмы при выполнении упражнений на спортивных снарядах с влажными ладонями, а также на загрязненных снарядах;
- выполнение упражнений без разминки;
- большие физические нагрузки, не соответствующие возрастной категории и здоровью воспитанников.

1.4. Спортивный и тренажерный залы должны быть обеспечены огнетушителем, аптечкой и аптечкой,комплектованной необходимыми медикаментами и перевязочными

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

- 2.1. Надеть спортивную форму и спортивную обувь с нескользкой подошвой;
- 2.2. Проверить надёжность крепления перекладин, крепления опор спортивного комплекса;
- 2.3. В местах соскоков со спортивных снарядов положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной;
- 2.4. Проверить целостность мостиков, обручей, степов, мячей;
- 2.5. Провести разминку.

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

- 3.1. Соблюдать установленную продолжительность образовательных занятий в спортивном зале: - для 1 младшей группы 10 минут, 2 младшей группы 15 минут; средней группы 20 минут; для старшей группы 25 минут; для подготовительной группы 30 минут.
- 3.2. Не выполнять упражнения без предварительной разминки.
- 3.3. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах без подстраховки инструктора по физической культуре или воспитателя.
- 3.4. Не выполнять упражнения на неисправном спортивном оборудовании.
- 3.5. При выполнении прыжков и соскоков со снарядов приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая.
- 3.6. Не стоять близко к снаряду при выполнении упражнений другим воспитанником.
- 3.7. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах с влажными ладонями.
- 3.8. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.
- 3.9. Перед выполнением упражнений по метанию посмотреть, нет ли рядом людей в секторе метания.
- 3.10. Не производить метания без разрешения инструктора по физической культуре, не оставлять без присмотра спортивный инвентарь.
- 3.11. Не находиться в зоне метания, не ходить за снарядами без разрешения инструктора по физической культуре.
- 3.12. Не подавать снаряд для метания друг другу броском.
- 3.13. Во избежание столкновений исключить резко «стопорящую» остановку.

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

- 4.1. При плохом самочувствии прекратить занятие.
- 4.2. При появлении во время занятий боли в руках, ногах, покраснения кожи или потёртостей на ладонях, занятия прекратить и сообщить об этом инструктору ФЗО или воспитателю.

- 5.1. Убрать в отведённое место для хранения спортивный инвентарь.
- 5.2. Снять спортивную форму и спортивную обувь тщательно вымыть лицо и руки с мылом.
- 5.3. Проветрить спортивный зал, закрыть окна, фрамуги, двери и выключить свет.

Инструкцию разработал  
Заместитель заведующего  
Д.С.Демушкина