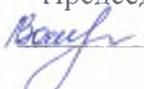


**СОГЛАСОВАНО:**

Председатель ПК:  
 Л.А.Зайнуллина

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор МБДОУ «Кисинский детский сад»  
Е.В. Харитоновна  
Приказ № 35 от 05.05.15



**ИНСТРУКЦИЯ  
ПО ТЕХНИКЕ БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ НА ЗАНЯТИЯХ  
ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА СПОРТИВНОЙ ПЛОЩАДКЕ.**

**Общие требования безопасности**

1. К занятиям допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по ТБ.
2. Опасность возникновения травм:
  - при падении на скользком грунте или твердом покрытии;
  - при нахождении в зоне броска во время выполнения метаний;
  - при выполнении упражнений без разминки.
3. У учителя должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.
4. Занятия проводятся при сухой, тёплой погоде.
5. При температуре воздуха ниже +10 град. заниматься в спортивных костюмах.
6. Соблюдать правила дорожного движения при переходе через улицу.

**Требования безопасности перед началом занятий**

1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
2. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме (место приземления), проверить отсутствие в нем посторонних предметов.
3. Протереть сухой тряпкой снаряды для метания (диск, ядро, гранату и т.д.).
4. Провести разминку.

**Требования безопасности во время занятий**

1. При групповом старте на короткие дистанции бежать только по своей дорожке. Дорожка должна выходить не менее чем на 15 м за финишную отметку.
2. Во избежание столкновений исключить резкие остановки во время бега.
3. Не выполнять прыжки на неровном, рыхлом и скользком грунте, не приземляться при прыжках на руки.
4. Перед выполнением метаний посмотреть, нет ли людей в секторе для метания.
5. Не производить метания без разрешения учителя (преподавателя); не оставлять без присмотра снаряды для метания.
6. Не стоять справа от метающего (при метании левой рукой — слева); не находиться в зоне броска; не подбирать снаряды для метания без разрешения учителя.
7. Не подавать друг другу снаряд для метания броском.
8. Не снимать спортивную обувь, не бегать босиком.
9. Бег по кругу выполнять только в направлении против часовой стрелки.
10. Не покидать спортплощадку без разрешения учителя.

**Требования безопасности в аварийных ситуациях**

1. При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю
2. При получении травмы, немедленно сообщить учителю, он окажет помощь.
3. При резком ухудшении погоды прекратить занятия, вернуться в спортивный зал.

**Требования безопасности по окончании занятий**

1. Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
2. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
3. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

ВОСПИТАТЕЛЬ 