

Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 38»

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МДОУ «Детский сад № 38»

В.А. Козлова

Приказ № 54/Е-ОД

от «02» сентября 2021 года



**ИНСТРУКЦИЯ**  
**ПО ОХРАНЕ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ ВОСПИТАННИКОВ**  
**ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СПОРТИВНЫХ ЗАНЯТИЙ И МЕРОПРИЯТИЙ**

г. Шуя

## 1. Общие требования

1. Настоящая инструкция направлена на охрану здоровья воспитанников при осуществлении деятельности по их физическому воспитанию, обучению, развитию и оздоровлению в МДОУ.
2. Воспитатель при проведении спортивных занятий с воспитанниками должен:
  - Иметь профессиональное образование и допуск к самостоятельной работе;
  - Пройти инструктаж по охране труда и пожарной безопасности, о котором должна быть сделана запись в журнале с обязательными подписями инструктируемого и инструктирующего;
  - Соблюдать инструкции и правила эксплуатации спортивного оборудования;
  - Уметь оказывать первую помощь и применять, в случае возгорания, первичные средства пожаротушения.
3. Групповое помещение, где проходят спортивные мероприятия должно:
  - Иметь медицинскую аптечку, укомплектованную медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи при получении травм;
  - Иметь огнетушитель;
  - Иметь не менее 2-х электрических фонариков на случай отключения электроэнергии;
  - Иметь два эвакуационных выхода, которые должны свободно открываться;
  - Иметь автоматическую систему пожарной сигнализации.
4. Электрическая проводка должна быть изолированной, розетки и прочие электроприборы должны быть недоступными для воспитанников. Распределительные коробки должны быть закрыты крышками. Электрические выключатели, розетки и коробки должны быть без трещин и сколов, а также без оголённых контактов.
5. Температура воздуха в помещении должна соответствовать установленным санитарным нормам.
6. Помещение должно быть достаточно освещено. Светильники должны быть подвешены к потолку и иметь светорассеивающую арматуру.
7. Все стационарное оборудование или тренажеры должны быть закреплены к полу или потолку и использоваться строго по назначению. Надежность установки и результата испытаний проводится ежегодно перед началом учебного года.

8. Полы спортивного зала должны быть упругими без щелей, иметь ровную, горизонтальную и не скользкую поверхность. К началу занятий полы должны быть сухими и чистыми.
9. Остекление окон должны иметь защитные ограждения от ударов мячом.
10. Рациональный двигательный режим, физические упражнения и закаливающие мероприятия следует осуществлять с учетом здоровья, возраста детей и времени года.
11. Лицо, допустившее невыполнение или нарушение инструкции по охране жизни и здоровья воспитанников, привлекается к ответственности согласно действующего Устава МДОУ и законодательства Российской Федерации.

## **2. Требования безопасности перед началом проведения мероприятия.**

1. Определить где будет проходить занятие по физическому развитию (в помещении или на улице).
2. Проверить санитарное состояние помещения или участка, где будет проходить спортивное мероприятие на предмет его безопасности. При необходимости нужно проветрить помещение и организовать уборку полов или основания участка на улице.
3. Убедиться в исправном состоянии спортивного оборудования и его закреплении.
4. Если занятие будет проходить на лыжах, то проверить лыжные крепления и приспособления.
5. Выявленные недостатки устранить до начала мероприятия, а если самостоятельно устранить их нельзя, то следует сообщить об этом заведующему МДОУ или его заместителю.
6. Переодеть воспитанников в спортивную форму и обувь, которая соответствует их размеру, сезону и погоде.
7. Провести инструктаж по безопасному поведению в зале или на площадке.

## **3. Требования безопасности во время проведения мероприятия**

1. Начинать и заканчивать упражнения, занятия или соревнования только по сигналу воспитателя, руководителя занятия или соревнования.
2. Перед переходом к основным физическим упражнениям или занятиям нужно сделать разминку.
3. Воспитатель контролирует безопасность воспитанников во время проведения физкультурных упражнений, занятий, игр и других спортивных мероприятий. Необходимо учить воспитанников:

- избегать столкновений друг с другом;
  - не допускать резких толчков или ударов по рукам, ногам, в живот или голову;
  - соблюдать интервал между воспитанниками при движении друг за другом;
  - при метании посмотреть, нет ли людей в секторе метания;
  - группироваться при падении, чтобы избежать травмы;
  - при спуске с горы на лыжах не выставлять вперед лыжные палки;
  - внимательно слушать и выполнять команды руководителя занятий и т.д.
4. С воспитанниками второго и третьего года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы осуществляют по подгруппам 2 - 3 раза в неделю. С воспитанниками второго года жизни занятия по физическому развитию основной образовательной программы проводят в групповом помещении, с воспитанниками третьего года жизни – в групповом помещении или в физкультурном зале.
5. Рекомендуются использовать следующие формы двигательной деятельности:
- утреннюю гимнастику;
  - занятия физической культуры в помещении и на воздухе;
  - физкультурные минутки;
  - подвижные игры;
  - спортивные упражнения;
  - ритмическую гимнастику;
  - занятия на тренажерах, плавание и другие.

Для достижения достаточного объема двигательной активности воспитанников необходимо использовать все организованные формы занятий физическими упражнениями с широким включением подвижных спортивных упражнений с элементами соревнований, а также пешеходные прогулки, экскурсии или прогулки по маршруту (простейший туризм).

Работа по физическому развитию проводится с учетом состояния здоровья воспитанников при регулярном контроле со стороны медицинских работников.

6. Занятия по физическому развитию основной образовательной программы для детей от 3 до 7 лет организуют не менее 3-х раз в неделю. Длительность занятия по физическому развитию зависит от возраста воспитанников и составляет:
- в младшей группе – 15 минут;
  - в средней группе – 20 минут;

- в старшей группе – 25 минут;
  - в подготовительной группе – 30 минут.
7. В объеме двигательной активности для воспитанников 5 – 7 лет следует предусмотреть в организованных формах оздоровительно-воспитательной деятельности 6 – 8 часов в неделю с учетом психофизиологических особенностей воспитанников, времени года и режима работы МДОУ.
  8. Один раз в неделю для воспитанников 5-7 лет следует круглогодично организовывать занятия по физическому развитию воспитанников на открытом воздухе. Их проводят только при отсутствии у воспитанников медицинских противопоказаний и наличии у воспитанников спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.
  9. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях непосредственно образовательную деятельность по занятию по физическому развитию рекомендуется организовывать на открытом воздухе.
  10. Для реализации двигательной деятельности воспитанников используется оборудование и инвентарь физкультурного зала и спортивных площадок в соответствии с возрастом и ростом воспитанников.
  11. Одновременно на спортивном оборудовании или тренажере может заниматься один воспитанник с обязательной подстраховкой воспитателем.
  12. В местах соскоков со спортивного оборудования или тренажеров должны лежать гимнастические маты с ровной поверхностью.
  13. Для поддержания ритма во время занятия по физическому развитию в спортивном зале можно использовать живое музыкальное сопровождение или запись на аудиотехнике.

**14. Запрещается:**

- допускать посторонних лиц без согласования с администрацией;
- допускать воспитанников к спортивному оборудованию или тренажерам без присмотра воспитателя;
- проводить ремонтно-наладочные работы в присутствии воспитанников;
- открывать окна в присутствии воспитанников в помещении;
- загромождать посторонними предметами эвакуационные проходы, коридоры, тамбуры и места хранения средств пожаротушения;
- подключать и отключать электроприборы и инструменты мокрыми или влажными руками;
- пользоваться неисправными электроприборами и приспособлениями.

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

1. При появлении дыма, возникновении пожара воспитателю действовать в соответствии с памяткой по мерам пожарной безопасности.
2. При получении травмы воспитанником МДОУ немедленно оказать первую медицинскую помощь, сообщить об этом администрации и при необходимости вызвать скорую помощь.
3. В случае террористического акта, обнаружении незнакомых предметов, возникновения аварийной ситуации, которая может привести к аварии или несчастному случаю, принять меры к устранению причин аварии в соответствии с инструкцией по антитеррористической безопасности.
4. При возникновении неисправности в работе электрического прибора (посторонний шум, запах гари и т.д.) или спортивного оборудования, инвентаря и приспособлении, занятия прекратить и сообщить об этом администрации МДОУ. Занятия можно продолжить только после устранения неисправностей.
5. При оказании первой помощи необходимо:
  - устранить воздействие на организм опасных факторов, угрожающих здоровью и жизни (освободить от действия электрического тока, вынести из загазованной зоны, погасить горящую одежду и т.д.);
  - оценить состояние здоровья пострадавшего;
  - определить характер и тяжесть травмы;
  - выполнить необходимые действия по спасению пострадавшего в порядке срочности (восстановить проходимость дыхательных путей, провести искусственное дыхание, наружный массаж сердца, остановить кровотечение, наложить повязку и т.д.)

#### **5. Требование безопасности по окончании мероприятия.**

1. Проконтролировать уход детей после занятий физической культурой, со спортивной площадки и убрать в отведенное место спортивный инвентарь.
2. Отключить от электросети все демонстрационное и музыкальное оборудование.
3. Проверить помещение на предмет безопасности, выключить свет и уходя закрыть помещение.
4. Сообщить заведующему о всех неисправностях или недостатках, замеченных во время проведения спортивного занятия или мероприятия и о принятых мерах по их устранению.