

СОГЛАСОВАНО
Председатель профсоюзного комитета
Сафарова / А.А. Сафарова
Протокол № 23 от 12.07.2018 г.

УТВЕРЖДЕНО:
приказом директора
МАДОУ «Детский сад № 70»
№ 02-91/4 от 24.05.2018 г.

**ИНСТРУКЦИЯ
по охране труда
по предупреждению травматизма и обеспечению страховки
при выполнении физических упражнений
ИОТ №70-22-2018**

Знайте и учитывайте типичные причины детского травматизма:

- плохая ориентировка в окружающих условиях;
- склонность к необдуманному риску, неумение предвидеть последствия своих поступков, оценить ситуацию;
- расторможенность, повышенная возбудимость (азарт и лихачество, особенно у мальчиков);
- несовершенная координация движений;
- недостаточный контроль за детьми со стороны взрослых и как следствие - не дисциплинарное поведение детей в самостоятельной деятельности в группе и на участке;
- безответственность, непредусмотрительность взрослых;
- отсутствие работы с детьми по формированию навыков травмоопасного поведения;
- травмоопасная среда: наличие изломанного, опасного инвентаря, оборудования, несвоевременная уборка участков.

Действие педагога по предупреждению травматизма многообразны. Одно из них - страховка. Страховка и другие средства профилактики травматизма эффективны, когда строго выполняются принципы обучения и воспитания, нормы санитарии и гигиены. Профилактика травматизма достигается разумной дозировкой физических нагрузок, хорошей дисциплиной в группе, рациональной организацией обучения. При выполнении некоторых упражнений возникает необходимость в страховке (непосредственно предупреждение падений, поддержка). Обязательно сопровождаются страховкой все виды прыжков, упражнения в равновесии и другие. К мерам предупреждения травм относится предварительная проверка и подготовка места занятий: взрыхлить яму для прыжков (или подготовить гимнастический мат), сделать разметку для бега, метания, проверить исправность оборудования и удобно разместить его.

ПРЫЖКИ

Прыжки с высоты (младшая группа-15-20см, средняя-20-25см, старшая 30см, подготовительная 40см), приземления на мягкий грунт. Инструктор находится рядом. Прыжки в длину с места- приземление на мягкий грунт, инструктор стоит у места приземления. Прыжки в длину с разбега- не разрешать выполнение непрерывным потоком, инструктор стоит у места приземления. Прыжки в высоту с разбега - использовать резиновую дорожку для разбега, гимнастический мат для приземления (на участке - яму с песком). Инструктор находится у места приземления, страхует детей: захват за руку: одной рукой за запястье, другой - За плечо.) Прыжки со скакалкой - следить за дозировкой (у старших- до 1-1,5 минуты), за отсутствием близко стоящих детей.

УПРАЖНЕНИЯ В РАВНОВЕСИИ:

Не использовать оборудование, мокрое после дождя, не соответствующее по высоте, ширине, неустойчивое. Педагог обеспечивает страховку при выполнении сложных упражнений на скамейке, на бревне.

УПРАЖНЕНИЯ ПО ЛАЗАНИЮ:

На по положить мат у гимнастической стенки, педагог стоит рядом, готовый помочь ребенку. При выполнении лазания по канату не разрешать спуск скольжение.

БЕГ:

Не проводите бег на мокрой асфальтовой поверхности, на поляне, лужайке с неровным рельефом с наличием низкого кустарника, на пустырях. В играх-эстафетах не используйте острые, травмирующие предметы.

МЕТАНИЕ:

Дети должны находиться в противоположной стороне от цели метания.

ОБЩЕРАЗВИВАЮЩИЕ УПРАЖНЕНИЯ:

Правильно разместить детей для каждого упражнения, учитывая амплитуду каждого движения. Предметы для упражнений должны соответствовать гигиеническим требованиям.

ЛЫЖИ, САНКИ, КОНЬКИ

1. Научите детей правилам, следить за их выполнением:

- Переносить лыжи, скрепленными на плече;
- Палки держать кольцами вниз;
- Не наезжать на лыжи впереди идущего;
- После скатывания с горки быстро отходить в сторону;
- Не входить на горку по скату;
- Не носить санки в руках, а вести за веревку;
- Не перебегать через скат горки на другую сторону.

2. Не проводите занятия на обледенелой лыжне.

3. Воспитатель руководит катанием на санках, помогает подняться на площадку, следит, чтобы дети не скатывались с горки беспрерывно.

4. Все элементы катания на коньках следует сначала разучить на снегу, а затем использовать различные опоры для обучения. Рационально распределяйте внимание при обучении детей упражнениям. Расположение педагога и детей должно быть таким образом, чтобы дети хорошо слышали и видели его, а педагог, в свою очередь, мог наблюдать за выполнением движений, он должен находиться и обеспечивать страховку там, где выполняется наиболее сложное движение.

Разработал:

Специалист по охране труда



подпись

Мусалимова Н.Ф.

(Ф.И.О.)

