


СОГЛАСОВАНО

Председатель первичной
профсоюзной организации
МБДОУ ДС № 31 «Журавлик»

 И.Ю. Кулько
Протокол от «13» мая 2015 г. №01

УТВЕРЖДЕНО

Приказом заведующего
МБДОУ ДС № 31 «Журавлик»
от «16» мая 2015г. №35

Инструкция № 29
по охране труда при проведении НОД по
физической культуре

1. Общие требования охраны труда

1.1. К проведению с детьми НОД по физической культуре допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по ОТ.

1.2. Административный, педагогический и медицинский персонал, а также лица, которым доведена и поручена физкультурно-массовая, оздоровительная и спортивная работа с детьми дошкольного возраста должны руководствоваться настоящими правилами, знать и строго соблюдать их в практической деятельности по физическому воспитанию дошкольников.

1.3. При проведении НОД по физической культуре возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

- травмы при проведении занятий с использованием неисправных спортивных снарядов и оборудования;
- травмы при падении, скользком грунте или твердом покрытии;
- травмы во время прыжков в длину или высоту при неподготовленной прыжковой яме;
- травмы при нахождении в зоне броска во время метания;
- травмы при столкновениях во время бега или спортивной игре, при падениях во время подвижных игр;

1.4. НОД по физической культуре необходимо проводить в спортивной одежде и спортивной обуви, соответствующих сезону и погоде.

1.5. При проведении НОД по физической культуре должна быть медицинская аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.

1.6. Образовательная деятельность по физической культуре в спортивном зале и на спортивной площадке организуется при наличии акта-разрешения использования спортивного оборудования.

1.8. О каждом несчастном случае с детьми, руководитель проведения НОД обязан немедленно сообщить администрации учреждения, оказать первую помощь пострадавшему, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение. При неисправности спортивного инвентаря и оборудования, соревнования прекратить и сообщить об этом руководителю учреждения.

1.9. Во время НОД по физической культуре участники должны соблюдать правила ношения спортивной одежды и спортивной обуви, правила личной гигиены.

1.10. Лица, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по ОТ, привлекаются к дисциплинарной ответственности в соответствии с правилами внутреннего трудового распорядка МБДОУ ДС №31 «Журавлик».

2. Требования безопасности перед началом работы

2.1. Надеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользкой подошвой, соответствующую сезону и погоде.

2.2. Провести тщательный осмотр места проведения НОД, убедиться в исправности спортивного инвентаря, надежности установки и закрепления оборудования, соответствии с санитарно-гигиеническими условиями и требованиями, предъявляемыми к месту проведения НОД настоящими правилами, инструктировать дошкольников о порядке, последовательности и мерах безопасности при выполнении физических упражнений;

2.3. Тщательно разрыхлить песок в прыжковой яме — месте приземления, проверить отсутствие в песке посторонних предметов.

2.4. В местах соскоков со спортивных снарядов, положить гимнастические маты так, чтобы их поверхность была ровной.

2.5. Провести разминку.

3. Требования безопасности во время работы

3.1. Обучать дошкольников безопасным приемам выполнения физических упражнений и следить за соблюдением мер безопасности, при этом строго придерживаться принципов доступности и последовательности обучения. По результатам медицинских осмотров знать физическую подготовленность и функциональные возможности каждого ребенка, в необходимых случаях обеспечивать страховку, при появлении у ребенка признаков утомления или при жалобе на недомогание и плохое самочувствие немедленно показать старшей медсестре.

3.2. С детьми второго и третьего года жизни занятия физическими упражнениями проводят по подгруппам 2 - 3 раза в неделю в групповом помещении или в физкультурном зале.

3.3. Одно из трех физкультурных занятий для детей 5 - 7 лет следует круглогодично проводить на открытом воздухе. Его проводят только при отсутствии у детей медицинских противопоказаний и наличии у детей спортивной одежды, соответствующей погодным условиям.

3.4. В дождливые, ветреные и морозные дни физкультурные занятия проводят в зале.

3.5. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях максимальное число занятий физкультурой проводят на открытом воздухе.

3.6. Рекомендации к одежде для занятий физкультурой на воздухе:

Температура воздуха при скорости ветра 0,1 - 0,6 м/сек.	Одежда (число слоев)	Одежда и обувь
+20 град. С и выше	1/1	Трусы, майка, носки, спортивные туфли
от +15 град. до +19 град. С	2/2	Хлопчатобумажный трикотажный тонкий спортивный костюм, майка, трусы, носки, спортивные туфли
от +10 град. до +14 град. С	2/2	Хлопчатобумажный трикотажный спортивный костюм, майка, трусы, носки, спортивные туфли (кеды)
от +3 град. до +9 град. С	2/2	Тренировочный костюм с начесом, майка, трусы, хлопчатобумажные носки, кроссовки (кеды), шерстяная

		шапочка на хлопчатобумажной подкладке
от +2 град. до -5 град. С	3/3	Тренировочный костюм с начесом, футболка с длинными рукавами, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, шерстяная шапка на хлопчатобумажной подкладке, кроссовки (кеды)
от -6 град. до -11 град. С	3/3	Тренировочный костюм с начесом, фланелевая рубашка, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, кроссовки (кеды), шерстяная шапка на хлопчатобумажной подкладке, варежки
от -12 град. до -15 град. С	4/3	Ветровка (куртка из ткани типа болонья), тренировочный костюм с начесом, фланелевая рубашка, майка, трусы, колготки, шерстяные носки, кроссовки, шерстяная шапка на хлопчатобумажной подкладке, варежки

(В числителе указано число слоев одежды выше пояса, в знаменателе - ниже пояса.)

3.7. Кроссовки (кеды) должны быть на 1 - 2 размера больше, и в них обязательно следует проложить стельку из фетра, сукна или войлока.

3.8. Если дети недостаточно закалены, то при морозе от -7 град. до -15 град. С первое время следует под спортивный костюм надевать шерстяную кофту, а на ноги - мягкие сапожки из кожи или войлока.

3.9. НОД на открытом воздухе организуют с учетом местных климатических особенностей. В средней полосе занятия проводят при температуре воздуха до -15 град. С в безветренную погоду.

3.10. В дождливые, ветреные и морозные дни физкультурные занятия проводят в зале.

3.11. В теплое время года при благоприятных метеорологических условиях максимальное число занятий физкультурой проводят на открытом воздухе.

3.12. Решение о невозможности проведения спортивных мероприятий на открытом воздухе в связи с метеорологическими условиями выносится старшей медсестрой.

3.13. Оценку эффективности физкультурного занятия для дошкольников проводят по показателю моторной плотности и среднего уровня частоты сердечных сокращений (ЧСС) у детей.

3.14. Моторная плотность занятия в зале (отношение времени занятия, затраченного ребенком на движения, к общей продолжительности занятия, выраженное в процентах) должна составлять не менее 70%; на воздухе - не менее 80%.

3.15. Для обеспечения тренировочного эффекта на занятиях в зале средний уровень ЧСС у детей 3 - 4 лет составляет - 130 - 140 уд./мин., на воздухе - 140 - 160 уд./мин.; у детей 5 - 7 лет - в зале 140 - 150 уд./мин.; на воздухе - 150 - 160 уд./мин.

3.16. Оценка эффективности физического воспитания осуществляется на основе динамики состояния здоровья детей, развития двигательных качеств и навыков на каждом году жизни.

3.17. На администрацию ДОУ детского сада, а также на инструктора по физкультуре и воспитателей возлагается ответственность за исправность спортивного инвентаря и оборудования.

3.18. На медицинский персонал возлагается ответственность за проведение в установленном порядке лечебно-профилактических мероприятий, соответствующих сохранению здоровья детей, а также осуществление санитарного надзора за местами и условиями проведения образовательного процесса по физической культуре.

3.19. Проведение образовательной деятельности с применением неисправного оборудования или спортивного инвентаря, без специальной спортивной одежды, а также в отсутствие ответственных лиц НЕ ДОПУСКАЕТСЯ.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При возникновении неисправности спортивного оборудования и инвентаря, прекратить образовательную деятельность и сообщить об этом руководителю. НОД продолжать только после устранения неисправности или замены спортивного оборудования и инвентаря.

4.2. При плохом самочувствии прекратить образовательную деятельность и сообщить об этом руководителю.

4.3. При получении травмы воспитанником, немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании работы

5.1. Проверить по списку наличие всех участников образовательной деятельности.

5.2. Убрать в отведенное место спортивный инвентарь и оборудование.

5.3. Снять спортивную одежду и спортивную обувь и принять душ или вымыть лицо и руки с мылом.