

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
"Детский сад № 4" городского округа город Стерлитамак Республики
Башкортостан**

СОГЛАСОВАНО

Специалист

по охране труда

_____/ Шафранская Г.Ф.

«25» декабря 2025 г.

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий

МАДОУ «Детский сад № 4»

Г. Стерлитамак РБ

_____/ Насырова А.Г.

«25» декабря 2025 г.

**ИНСТРУКЦИЯ
по правилам безопасного поведения воспитанников при
проведении занятий по гимнастике
№ 06-18**

1. Общие требования безопасности.

1.1. К занятиям гимнастикой допускаются дети дошкольного возраста, прошедшие медицинский осмотр и не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.

1.2. При проведении занятий по гимнастике соблюдать правила поведения, расписание учебных занятий, установленные режимы занятий и отдыха.

1.3. При проведении занятий по гимнастике возможно воздействие на обучающихся следующих опасных факторов:

— травмы при выполнении упражнений на неисправных спортивных снарядах, а также при выполнении упражнений без страховок;

— травмы при выполнении гимнастических упражнений без использования гимнастических матов;

— травмы при выполнении упражнений на спортивных снарядах с влажными ладонями, а также на загрязненных снарядах.

1.4. В помещении должна быть медицинская аптечка для оказания первой помощи при травмах.

1.5. При проведении занятий по гимнастике в помещении соблюдать правила пожарной безопасности, знать места расположения первичных средств пожаротушения. Помещение должно быть обеспечено двумя огнетушителями.

1.6. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить о происшествии воспитателю или инструктору по физической культуре, который сообщает об этом администрации учреждения. При неисправности спортивного оборудования прекратить занятия и сообщить об этом воспитателю или инструктору по физической культуре.

1.7. В процессе занятий воспитанники должны соблюдать порядок выполнения упражнений и правила личной гигиены.

1.8. Педагоги, допустившие невыполнение или нарушение инструкции по охране труда, привлекаются к ответственности и со всеми педагогами проводится внеплановый инструктаж по охране труда.

2. Требования безопасности перед началом занятий.

- 2.1. Надеть спортивный костюм и спортивную обувь с нескользкой подошвой.
 - 2.2. Протереть гриф перекладины сухой ветошью и зачистить мелкой наждачной бумагой, проверить помещение.
 - 2.3. Проверить надежность крепления перекладины. Крепления гимнастического коня и козла, крепление стопорных винтов брусев.
- В местах соскоков со снарядов положить гимнастические маты так чтобы их проверить, поверхность должна быть ровной.

3. Требования безопасности во время занятий.

- 3.1. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах без воспитателя или инструктора по физической культуре, а также без страховки.
- 3.2. Не выполнять упражнения на спортивных снарядах с влажными ладонями.
- 3.3. Не стоять близко к спортивному снаряду при выполнении упражнений другими воспитанниками.
- 3.4. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов приземляться мягко на носки ступней, пружинисто приседая.
- 3.5. При выполнении упражнений потоком (один за другим) соблюдать достаточные интервалы, чтобы не было столкновений.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях.

- 4.1. При появлении во время занятий боли в руках, покраснения кожи или потертостей на ладонях, а также при плохом самочувствии, прекратить занятия и сообщить об этом воспитателю или инструктору по физической культуре.
- 4.2. При возникновении пожара в помещении немедленно прекратить занятия, эвакуировать воспитанников из помещения, сообщить о пожаре администрации учреждения и в ближайшую пожарную часть и приступить к тушению очага возгорания с помощью первичных средств пожаротушения.
- 4.3. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации учреждения, при необходимости отправить пострадавшего в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании занятий.

- 5.1. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- 5.2. Протереть гриф перекладины сухой ветошью и зачистить мелкой наждачной бумагой, проветрить помещение.
- 5.3. Снять спортивный костюм и спортивную обувь.
- 5.4. Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Лист ознакомления с Инструкцией по правилам безопасного поведения воспитанников при проведении занятий по гимнастике № 06-18 от «25» декабря 2025 г.

[illegible]

[illegible]