

**Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 66 комбинированного вида»**

УТВЕРЖДЕНО
приказом № 01-10/06 от 09.01.2017г

**Инструкция № 13
по охране жизни и здоровья воспитанников при проведении образовательной
деятельности на лыжах**

1. Общие требования

- 1.1. К образовательной деятельности по лыжам допускаются дети старшего дошкольного возраста не имеющие противопоказаний по состоянию здоровья.
- 1.2. При проведении образовательной деятельности на лыжах соблюдать правила поведения, расписание непосредственно образовательной деятельности.
- 1.3. Образовательная деятельность на лыжах организуется и проводится при температуре воздуха не ниже -12°C, с тихим ветром.
- 1.4. Продолжительность образовательной деятельности по лыжам в старшей группе 25 мин, в подготовительной – 30 мин (началом образовательной деятельности когда дети стоят на лыжне спортивной площадки).
- 1.5. При проведении образовательной деятельности на лыжах возможно воздействие на воспитанников следующих опасных факторов:
 - обморожения при проведении занятий при ветре более 1,5-2,0 м/с и при температуре воздуха ниже 20°C;
 - травмы при ненадежном креплении лыж к обуви;
 - потертости ног при неправильной подгонке лыжных ботинок;
 - травмы при падении во время движения и спуска с горок.
- 1.6. При проведении образовательной деятельности по лыжам должна быть медицинская аптечка с набором необходимых медикаментов и перевязочных средств, для оказания первой помощи при травмах.
- 1.7. При несчастном случае пострадавший или очевидец несчастного случая обязан немедленно сообщить инструктору по физической культуре, воспитателю, который сообщает об этом администрации учреждения, медицинскому персоналу, родителям воспитанника.
- 1.8. В процессе занятий воспитанники должны соблюдать установленные правила ходьбы на лыжах и правила личной гигиены.

2. Требования безопасности перед началом занятий

- 2.1. Инструктор по физической культуре должен проверить исправность лыжного инвентаря и подогнать крепление лыж к обуви и составить список по номерам лыж. Лыжные ботинки должны быть подобраны по размеру ноги воспитанника.
- 2.2. Выбрать место по периметру спортивной площадки в безопасном месте, проложить лыжню, вдоль лыжни, длина которой 80-100 метров проложить ориентиры (фишки, флажки и пр.)
- 2.3. Проверить подготовленность лыжни, отсутствие в месте проведения занятий опасностей, которые могут привести к травме.
- 2.4. Воспитанники должны при проведении образовательной деятельности на лыжах иметь легкую, теплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки, перчатки или варежки, туго завязать шнурки на лыжных ботинках.

2.5. Инструктор по физической культуре и воспитатель должны обучить воспитанников как правильно переносить лыжи (спускаясь по лестнице лыжи нести двумя руками, острым концом вверх, надевать лыжи только на лыжне спортивной площадки).

3. Требования безопасности во время занятий

3.1. Инструктор по физической культуре и воспитатель должны обучать воспитанников правилам ходьбы на лыжах:

- соблюдать интервал при движении на лыжах по дистанции;
- не наезжать на лыжи впереди идущего;
- не разговаривать на дистанции;
- не останавливаться, во избежание столкновений с другими лыжниками;
- при подъеме на горку и других препятствиях помогать слабому;
- скатываться на лыжах с горки тогда, когда внизу никого нет;
- если на пути при спуске с горки неожиданно возникает препятствие, постараться мягко упасть на бок;
- перед спуском со склона обращать внимание детей на стойку лыжника, слегка согнуть ноги в коленях, голени наклонить вперед;
- следить друг за другом и немедленно сообщить воспитателю о первых же признаках переохлаждения;
- во избежание потертостей ног не ходить на лыжах в тесной или слишком свободной обуви;
- перед входом в помещение очистить снег с лыж.

4. Требования безопасности в аварийных ситуациях

4.1. При первых признаках переохлаждения или обморожения, а также при плохом самочувствии, сообщить медицинскому работнику и администрации учреждения.

4.2. При получении травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом медицинскому работнику, администрации учреждения и родителям, при необходимости отправить его в ближайшее лечебное учреждение.

5. Требования безопасности по окончании занятий

5.1. Проверить по списку наличие всех воспитанников.

5.2. Убрать в отведенное место для хранения лыжи и лыжные ботинки.

5.3. Тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575796

Владелец Карачинская Екатерина Валентиновна

Действителен с 29.11.2021 по 29.11.2022