**ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ И ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ.**

1. К занятиям по физической культуре допускаются воспитанники, прошедшие инструктаж по технике безопасности.
2. К занятиям по физической культуре допускаются воспитанники, имеющие допуск врача (основная и подготовительная группа здоровья).
3. Воспитанники  обязаны иметь на занятиях спортивную форму и  спортивную обувь на нескользящей подошве.
4. Запрещается жевать жевательную резинку на занятиях физкультуры.
5. Воспитанники  не должны мешать инструктору по физкультуре проводить занятие, а также другим детям выполнять упражнения на занятии.
6. Воспитанники обязаны вести себя корректно по отношению к другим детям. В случае возникновения конфликтной ситуации между воспитанниками немедленно обратиться к инструктору по физкультуре или воспитателю.
7. На занятиях воспитанники обязаны выполнять только те упражнения, которые разрешил выполнять инструктор по физкультуре.
8. Запрещается самостоятельно брать спортивный инвентарь, находящийся в спортивном зале.
9. Во время выполнения упражнений с мячами (теннисный, волейбольный, баскетбольный, футбольный, набивной) воспитанник обязан контролировать падение мяча, чтобы избежать умышленного травмирования других детей.
10. Во время проведения спортивных игр воспитанники обязаны вести себя корректно по отношению к другим игрокам.
11. При обнаружении поломок спортивного оборудования немедленно сообщать об этом инструктору по физкультуре или воспитателю.
12. В случае плохого самочувствия на занятии воспитанник должен незамедлительно сообщить об этом инструктору по физкультуре (воспитателю). Он также обязан проинформировать о травме или плохом самочувствии, которые проявились после занятия по физкультуре.

**Техника безопасности на занятиях по физическому воспитанию**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 1. В зал одни не заходите, Педагога подождите! | | | | |
| 2.Физкультурой заниматься  Надо в форму одеваться! А в одежде повседневной Заниматься даже вредно! | | | |  |
|  | | | |  |
| 3. Воспитателя слушайте внимательно,  И всё получится обязательно! | | | |  |
| 4. Если будете озорничать, То можно что-нибудь сломать: Можно ноги повредить, Или лоб себе разбить. | | | |  |
| 5. На лесенке, шесте, канате Будьте очень вы внимательны! Ждите воспитателя для страховки, Даже если вы очень ловки! |  | | | |
| 6. В движении друг другу не мешайте, А если надо помогайте! | |  | | |
| 7. В мяч аккуратно играйте И окон не разбивайте! | |  | | |
| 8. Взяв скакалки, разойдитесь, Место для себя найдите. Чтоб друг другу не мешать, И скакалками не задевать! | |  | | |
| 9. На полосе препятствий Будьте вновь внимательны: Не толкайтесь, не спишите, На всё внимательно смотрите! | |  | | |
| 10. Порядок в зале соблюдайте, Места инвентаря запоминайте! Всегда его вы убирайте И педагогу помогайте | |  | | |
| 11. После занятия надо обуться, И дружно всем вместе в группу вернуться! А в группе надо умываться, И в повседневную одежду переодеваться! | |  | | |
| 12. Беда на занятии может случиться,    Ведь кто-то может повредиться.  Тихонько на скамейку садитесь,  И указанья воспитателя ждите.  **ИНСТРУКЦИЯ ДЛЯ ДЕТЕЙ**  Правила безопасности при посещении спортивного зала, на занятиях  физической культуры, при использовании спортивного оборудования.  На занятиях физической культурой приходить в спортивной форме, в спортивной обуви на  специальной резиновой подошве.  Дети должны приходить в зал без игрушек.  Во время подвижных игр не толкайтесь.  При плохом самочувствии ребенок должен сообщить взрослому.  Не подходить к спортивному оборудованию, если на них уже играют дети. Терпеливо дожидаться своей очереди.  Не толкать друг друга во время нахождения на спортивном оборудовании.  Не торопиться, не спеша подниматься и спускаться по лесенкам оборудования.  Подниматься по лесенке и спускаться только по одному.  По окончанию занятия выходить из зала нужно спокойным шагом, построившись в колонну по одному, не создавая паники, не толкаться.  Выполняя упражнения необходимо внимательно слушать и выполнять все требования инструктора по физическому воспитанию.  Не ссориться, не баловаться.  Разговаривать во время выполнения упражнений запрещается, так как можно прикусить язык.  Быть взаимовежливыми, и уступать друг другу.  Здоровье  –  это не  преходящая ценность,  потеряв один раз,  -  не вернешь. | | | | |
|  | | |  | |