**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 повседневнойЗаниматься 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, канатеБудьте 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 играйтеИ окон не разбивайте!  |  |
| 8. Взяв скакалки, разойдитесь,Место для себя найдите.Чтоб друг другу не мешать,И скакалками не задевать! |  |
| 9. На полосе препятствийБудьте 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 занятияхфизической 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 непреходящая ценность,потеряв один раз,-не вернешь. |
|  |  |