

**Методические рекомендации  
по профилактике травматизма  
на занятиях физической культурой  
и спортом в образовательных  
организациях Российской Федерации**

**Инструктор по физической культуре  
Белоусова Елена Николаевна,  
*высшая кв. категория***





Одной из сторон развития личности является **физическое развитие**, которое самым непосредственным образом связано со **здоровьем** человека. Программа в детском саду предусматривает формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, воспитание правильной осанки, гигиенических навыков, освоение знаний о физическом воспитании. Основной задачей физического воспитания является **сохранение и укрепление здоровья детей**, которое способствует всестороннему развитию ребенка.





***Недостаточность внимания к созданию условий физического воспитания*** может привести не только к ошибкам, но и повлечь за собой ***различные травмы, повредить здоровью ребенка***. Поэтому организация занятий по физической культуре детей требует строгого соблюдения правил техники безопасности. Ответственность за вред, причиненный ребенку во время его пребывания в детском саду, однозначно несут работники ДООУ, несут ответственность за сохранение жизни, физического и психического здоровья своих воспитанников в соответствии с действующим законодательством. То есть ***педагог детского сада просто обязан предпринять все меры, направленные на защиту ребенка от действий, способных навредить его здоровью***





## Требования к организации занятий

Любая деятельность, а особенно физическая, может осуществляться лишь под непосредственным контролем и наблюдением со стороны взрослого. В спортивном зале и на спортивной площадке должны быть созданы условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей.



Все оборудование: гимнастическая стенка, комплексы, лесенки должны быть **надежно закреплены**; всевозможное оборудование, пособия, предметы убранства должны устанавливаться и размещаться **с учетом их полной безопасности и устойчивости**, исключая возможность падения; инвентарь, используемый детьми, необходимо располагать на высоте, не превышающей уровня их груди. Помещение, в котором организуется физкультурная деятельность, должно быть чистым, светлым, хорошо проветриваемым. Освещенность должна соответствовать установленным санитарно-гигиеническим нормам. Запрещается перенос детьми тяжестей весом более 2-2,5кг.



# Материалы и оборудование

Оборудование, которым пользуются дети, должно по своим размерам соответствовать их возрастным показателям.

В пользование детям даются только исправные и безопасные предметы.

Запрещается использование в работе оборудования и инвентаря, предназначенных для взрослых.

Все оборудование и инструменты должны быть аккуратно, удобно и рационально размещены, содержаться в чистом, исправном состоянии.

Все колющие, режущие предметы должны храниться в недоступном для детей месте



# Требования к методике руководства физической культурой

1. Обучая детей различным навыкам, приемам выполнения движений, инструктор должен обеспечить правильный показ движения.
2. При организации занятия следить за тем, чтобы дети самовольно не использовали снаряды и тренажеры.
3. Не допускать нахождения детей в зале или на физкультурной площадке без присмотра инструктора и воспитателя, следить за организованным входом и выходом детей из зала.
4. При проведении занятия следить за правильным выбором места проведения так, чтобы в поле зрения находились все дети.
5. При выполнении упражнений с предметами (палки, обручи и т.д.) следить за достаточным интервалом и дистанцией между детьми.
6. Инструктор и воспитатель осуществляют постоянный контроль над сохранением правильной позы и осанки детей во время занятия.
7. При организации занятия инструктор и воспитатель должны следить за состоянием детей, не допускать их переутомления.
8. Инструктор в обязательном порядке знакомит детей с правилами поведения на занятии и систематически контролирует их выполнение





# Основные причины травматизма детей в ДОУ

## 1. *Нарушение правил организации занятий*

- проведение занятий с большим числом детей;
  - нахождение детей в зале без присмотра и неорганизованный вход, и выход из зала;
  - самовольный доступ к снарядам и тренажерам;
  - неправильный выбор места при проведении занятия, когда часть детей находится вне поля зрения;
  - недостаточные интервал и дистанция между детьми при выполнении групповых упражнений.
- 
- 
- 

# Основные причины травматизма детей в ДОУ

## *2. Нарушение в методике преподавания*

- обучение сложным, для ребенка, упражнениям без достаточной подготовки;
- чрезмерная нагрузка на ребенка в ходе занятия, связанное с этим утомление, приводящее к снижению внимания;
- излишнее эмоциональное возбуждение, вызванное выполнением сложных упражнений, игр, эстафет.





# Основные причины Травматизма детей в ДОУ

## *3. Нарушение санитарно-гигиенических условий и формы одежды*

- недостаточная освещенность зала или площадки для занятий;
- отсутствие вентиляции;
- неудобная, сковывающая движения и затрудняющая теплообмен одежда;
- скользкая или жесткая подошва обуви, высокий каблук, не завязанные шнурки;
- посторонние колющие предметы на одежде или в карманах (значки, булавки, заколки, мелкие игрушки и т.п.).
- бусы, цепочки, тесемки, завязывающиеся на шее; длинные, не убранные в косу или не подобранные на резинку волосы у девочек;
- очки у плохо видящих детей, не закрепленные на затылке резинкой



# Основные причины травматизма детей в ДОУ

## *4. Отсутствие систематического врачебного контроля над физическим воспитанием*

- чрезмерность нагрузки для детей, недавно перенесших заболевания;
- отсутствие систематической диспансеризации детей;
- отсутствие сведений о хронических заболеваниях и травмах.



# Основные причины травматизма детей в ДОУ

## *5. Недооценка значения страховки и помощи*

- неправильная страховка или ее отсутствие при выполнении сложных упражнений на гимнастических снарядах, основных видах движений, опорных прыжках, акробатике;
- отсутствие матов под снарядами и тренажерами.





## Основные причины травматизма детей в ДОУ

### *6. Нарушение техники безопасности, неудовлетворительное состояние мест занятий, инвентаря, оборудования.*

- малые размеры зала или площадки для занятий;
- неровности пола или площадки;
- неисправность коврового покрытия и матов и отсутствие его надежного крепления к полу;
- неисправность снарядов и тренажеров, ненадежность их крепления;
- неправильная расстановка снарядов и тренажеров, при которой дети мешают друг другу выполнять упражнения;
- плохо закрепленные и неисправные электрические выключатели, розетки;
- отсутствие защитных сеток на окнах;
- расположение магнитофона или проигрывателя в доступном для детей месте;
- колонны и выступы, не обитые мягким материалом;
- свободный доступ детей к окнам, открытым для проветривания;
- отсутствие в легкодоступном месте аптечки первой медицинской помощи.





***Таким образом,***

*для предотвращения травматизма детей на физкультурных занятиях должны соблюдаться:*

- все правила организации занятия,*
- требования к методике преподавания физической деятельности,*
- санитарно-гигиенических условий,*
- форма одежды,*
- обязательный систематический врачебный контроль над физическим состоянием детей, осознанное оценивание значения страховки и помощи,*
- удовлетворительное состояние места занятия, инвентаря и оборудования.*





**Спасибо за внимание!**



**Здоровые дети - в здоровой семье.  
Здоровые семьи - в здоровой стране.  
Здоровые страны - планета здорова.  
Здоровье! Какое прекрасное слово!  
Так пусть на здоровой планете  
Растут здоровые дети!**