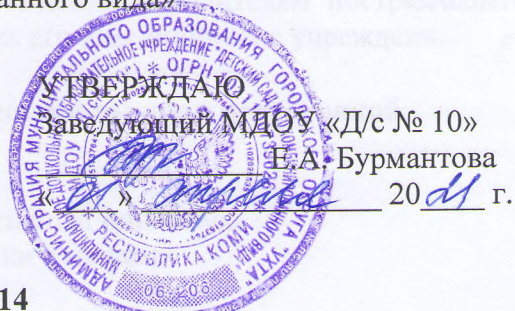


Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №10 комбинированного вида»

СОГЛАСОВАНО

Представитель коллектива МДОУ «Д/с № 10»

*Львова Е.В.*  
Львова Е.В.  
« 7 » *апреля* 20 *11* г.



**ИНСТРУКЦИЯ № 14**  
**по организации охраны жизни и здоровья детей**  
**при занятиях лыжной подготовкой**

**I. Общие требования безопасности**

- 1.1. К занятиям по лыжной подготовке допускаются лица, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по охране труда.
- 1.2. Опасные факторы:
  - обморожение при проведении занятий при ветре более 1,5-2,0 м/с и при температуре воздуха ниже  $-20^{\circ}\text{C}$ ;
  - травмы при ненадежном креплении лыж к обуви;
  - травмы при падении.
- 1.3. Педагоги должны знать инструкцию по оказанию первой помощи, при необходимости уметь оказать помощь детям до прибытия медицинского работника.
- 1.4. Одежда детей должна соответствовать погодным условиям.

**II. Требования безопасности перед началом занятий лыжной подготовкой**

- 2.1. Провести беседу с воспитанниками по правилам безопасного поведения во время занятий лыжной подготовкой.
- 2.2. Надеть легкую, теплую, не стесняющую движений одежду, шерстяные носки, перчатки или варежки.
- 2.3. Проверить исправность лыжного инвентаря и подогнать крепление лыж к обуви. Лыжные ботинки должны быть подобраны по размеру ноги.
- 2.4. Проверить подготовленность лыжни, отсутствие в месте проведения занятий опасностей, которые могут привести к травме.

**III. Требования безопасности во время занятий лыжной подготовкой**

- 3.1. Соблюдать интервал при движении на лыжах по дистанции 3-4 м.
- 3.2. Дети занимаются на лыжах без палок.
- 3.3. Следить за состоянием детей во избежание обморожения.
- 3.4. Во избежание потертостей не ходить на лыжах в тесной или слишком свободной обуви.

**IV. Требования безопасности в аварийных ситуациях**

- 4.1. При поломке лыжного снаряжения сообщить об этом инструктору по физической культуре и убрать для последующей починки.
- 4.2. При первых признаках обморожения, а так же при плохом самочувствии, сообщить инструктору по физической культуре, отправить ребенка в медицинский кабинет.

4.3. При получении ребенком травмы немедленно оказать первую помощь пострадавшему, сообщить об этом администрации Учреждения и родителям пострадавшего (законным представителям), при необходимости отправить его в медицинское учреждение.

#### **V. Требования безопасности по окончании занятий лыжной подготовкой**

- 5.1. Проверить по списку наличие всех детей.
- 5.2. Убрать в отведенное место для хранения спортивный инвентарь.
- 5.3. Переодеть детей, тщательно вымыть лицо и руки с мылом.

Разработал:  
заместитель заведующего

Афанасьева О.В.