

Администрации Армизонского муниципального района  
Тюменской области  
**МАОУ ЮЖНО-ДУБРОВИНСКАЯ СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА**

---

**СОГЛАСОВАНО:**

Председатель ПК

МАОУ

Южно-Дубровинская СОШ

 О.Р. Романова

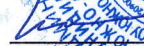
« 1 » 02 20 23

**УТВЕРЖДАЮ:**

Директор

МАОУ

Южно-Дубровинская СОШ

 А.С. Колодочко

« 1 » 02 20 23



**Инструкция № 256 - 2023**

**по правилам безопасного поведения для воспитанников при проведении  
занятий по легкой атлетике**

Настоящая инструкция по правилам безопасного поведения детей ДОУ при проведении занятий по легкой атлетике составлена с целью предупреждения фактов травмирования воспитанников детского сада и сохранения их здоровья. Инструктор по физической культуре знакомит детей с данной инструкцией перед началом занятий по физкультуре на тему легкой атлетики, которая предусматривает бег, прыжки и метание спортивного инвентаря.

1. Во время занятий внимательно слушайте инструктора по физической культуре.
2. Перед началом занятий нужно надеть спортивную форму, снять предметы, которые могут быть опасными во время занятия (часы, серьги, браслет и т.д.).
3. Не надевайте спортивную обувь со скользящей подошвой, завяжите крепко шнурки.
4. Уберите из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы, которые могут травмировать на занятии.
5. Осмотрите прыжковую яму перед прыжком. В ней не должно быть посторонних предметов.
6. Во время бега бегите строго по своей дорожке, чтобы не задеть окружающих.
7. Не останавливайтесь резко во время бега, не толкайте впереди бегущего, не ставьте подножки.
8. Выполняя упражнения по метанию, следите за тем, чтобы вокруг не было людей, которых можно поранить.
9. Нельзя выполнять упражнения по метанию без разрешения инструктора по физической культуре или выполнять любые другие упражнения с опасными предметами.
10. Находиться справа от метаемого или в зоне броска опасно.

11. Не бросайте спортивный инвентарь для занятий по легкой атлетике другим ребятам.

12. Не оставляйте спортивный инвентарь в местах бега и прыжков детей.

13. Если вы поранились, ушиблись, ударились или заметили, что кто-то в опасности – немедленно сообщите инструктору по физической культуре.

Инструкцию разработал:  
Константинова С.В.

специалист по охране труда