

МКДОУ «Большемуртинский детский сад №3»

Консультация для педагогов

Тема: «Обеспечение безопасности при проведении занятий по физической культуре в ДОУ»

Подготовила: инструктор по физической культуре

Любочка Олеся Сергеевна

Программа воспитания в детском саду предусматривает формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, воспитание правильной осанки, гигиенических навыков, освоение знаний о физическом воспитании. Работа по физическому воспитанию в дошкольном учреждении начинается с выработки у детей привычки к соблюдению режима, потребности в ежедневных занятиях, развития умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, воспитания любви к занятиям спортом, интереса к их результатам. Основной задачей физического воспитания детей является использование его в целях всестороннего

воспитания. Для успешного решения воспитательно-образовательных задач, важное значение имеет создание педагогически продуманных условий, таких, как: определение содержания и объема знаний, подбор пособий и оборудования, организация физкультурной площадки и физкультурного зала, продолжительность занятий с учетом его содержания и возраста детей. Недостаточность внимания к созданию этих условий 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, которые должны быть разработаны в каждом дошкольном учреждении, с учетом его особенностей и вместе с тем отвечать основным требованиям.

Требования к условиям организации занятий дошкольников

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:

- а) 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, исключающей возможность падения;
- б) Инвентарь, используемый детьми, необходимо располагать на высоте, не превышающей уровня их груди.
- в) Помещение, в котором организуется физкультурная деятельность, должно быть чистым, светлым, хорошо проветриваемым. Влажная уборка спортивного зала проводится один раз в день и после каждого занятия. Спортивный инвентарь протирается ежедневно влажной ветошью, маты – с использованием мыльно-содового раствора. Ковровые покрытия ежедневно очищаются с использованием

пылесоса. Освещенность должна соответствовать установленным санитарно-гигиеническим нормам.

Запрещается перенос детьми тяжестей весом более 2-2,5 кг (*для ребенка старшего дошкольного возраста*). Категорически запрещается привлекать детей к труду, представляющему угрозу инфицирования.

Требования к оборудованию и материалам

1. Оборудование, которым пользуются дети, должно по своим размерам соответствовать их возрастным показателям.
2. В пользование детям даются только исправные и безопасные предметы.
3. Запрещается использование в работе оборудования и инвентаря, предназначенных для взрослых; нецелесообразно, педагогически неоправданно и опасно применение предметов, выпускаемых промышленностью для игровой деятельности детей.
4. Все оборудование и инструменты должны быть аккуратно, удобно и рационально размещены, содержаться в чистом, исправном состоянии.

Требования к методике руководства физкультурной деятельностью в детском саду

1. Обучая детей различным навыкам, приемам выполнения движений, взрослый 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 педагога, 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. Воспитатель (инструктор по физической культуре) осуществляет постоянный контроль над сохранением правильной позы и осанки детей во время занятия.
7. При организации занятия педагог должен следить за состоянием детей, не допускать их переутомления. В случае появления внешних признаков переутомления, предлагается ребенку отдохнуть, а затем переключиться на более спокойную деятельность.
8. Воспитатель (инструктор по физической культуре) в обязательном порядке знакомит детей с правилами поведения на занятии и систематически контролирует их выполнение.

Таким образом, все оборудование и инвентарь, используемый детьми должны устанавливаться и размещаться с учетом их полной безопасности. Помещение для физкультурных занятий должно соответствовать санитарно-гигиеническим нормам. Оборудование должно быть исправным, безопасным и соответствовать их возрастным показателям. Все дети должны находиться в поле зрения педагога, который должен осуществлять постоянный контроль над всеми выполняемыми детьми действиями

Основные причины травматизма детей дошкольных образовательных учреждений на занятиях гимнастикой

1. Нарушение правил организации занятий - проведение занятий с большим числом детей на одного преподавателя, чем полагается; — нахождение детей в зале без присмотра преподавателя и неорганизованный вход и выход из зала; - самовольный доступ к снарядам и тренажерам; - неправильный выбор преподавателем места при проведении занятия, когда часть детей находится вне его поля зрения; - недостаточная дистанция между детьми при выполнении групповых упражнений.
2. Нарушение в методике преподавания:
 - форсированное обучение сложным, связанным с риском и психологическими трудностями для ребенка, упражнениям без достаточной его подготовленности;
 - чрезмерная нагрузка на ребенка в ходе занятия, связанное с этим значительное утомление, приводящее к снижению концентрации внимания;
 - излишнее эмоциональное возбуждение, вызванное выполнением упражнений, игр, эстафет.
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 кожаная или пластиковая 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.
4. Отсутствие систематического врачебного контроля над физическим воспитанием.
 - чрезмерность нагрузки для детей, недавно перенесших заболевания;
 - отсутствие сведений о хронических заболеваниях и травмах.
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.
6. Нарушение техники безопасности, неудовлетворительное состояние мест занятий, инвентаря, оборудования.
 - малые размеры зала или площадки для занятий;
 - неровности пола, расщепленные половицы, незакрепленные половицы паркета;
 - неисправность коврового покрытия и матов (*разрывы, разошедшиеся швы*) и отсутствие его надежного крепления к полу;

- неисправность снарядов и тренажеров, ненадежность крепления, разболтанность соединений, незатянутые гайки, торчащие болты и шурупы;
- неправильная, излишне скученная расстановка снарядов и тренажеров, при которой дети мешают друг другу выполнять упражнения;
- плохо закрепленные и неисправные электрические выключатели, розетки;
- низко повешенные декоративные растения, украшения, светильники;
- отсутствие защитных сеток на вентиляторах, до которых могут дотянуться дети;
- расположение магнитофона или проигрывателя в доступном для детей месте;
- колонны и выступы, не обитые мягким материалом;
- отсутствие ярких наклеек на стеклянных дверях на уровне глаз ребенка;
- свободный доступ детей к окнам, открытым для проветривания;
- отсутствие телефона в доступном месте;
- 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, соблюдение санитарно-гигиенических условий и форм одежды. Обязательный систематический врачебный контроль над физическим состоянием детей, осознано оценивать значение страховки и помощи; место занятия, инвентарь и оборудование должно находиться в удовлетворительном состоянии.

Азбука безопасного падения

На занятиях гимнастикой с детьми дошкольного возраста неустойчивая координация движений, отсутствие опыта предвидеть опасность приводят к падениям, которые иногда кончаются серьезными травмами. Это, безусловно, связано с отсутствием навыков безопасного падения. Повреждения при падении составляют около 80% травм у детей.

Научить ребенка владеть своим телом при потере равновесия не очень сложная задача. Обучение желательно проводить в местах, предназначенных для физкультурных занятий на достаточно мягком покрытии - гимнастических матах, борцовском ковре и т. п. Технику выполнения всех приемов следует совершенствовать до полного овладения ею. Детям 3-4-х лет можно преподнести элементы безопасного падения в игровой форме.

При падении на бок надо согнуть ноги в тазобедренных и коленных суставах, тем самым приблизив корпус к месту падения, согнуть руки в локтях и приставить их к туловищу, отклонить голову в сторону, противоположную падению. Чем быстрее и точнее отработаны движения, тем меньше сила удара и безопаснее приземление.

Падение вперед на руки - руки вытянутые, слегка согнутые в локтевых суставах. Удар смягчается мышечной силой рук, а если ее недостаточно, то дополнительно, верхнего плечевого пояса. Голову при этом необходимо отклонить назад, ноги должны быть выпрямлены, чтобы избежать повреждения коленных суставов.

Опасно падать в упор на прямые руки. Это может привести к переломам в области предплечья и локтевых суставов. Более сложными является падение вперед, когда

развивается значительная сила инерции, например, при падении во время разбега, выполнении опорных прыжков, разновидностей бега. Падение вперед в этом случае переводится в один или несколько кувырков вперед через плечо. Однако этот прием технически сложен, и обучать ему следует с осторожностью после предварительной специальной физической подготовки.

При падении вниз ноги слегка сгибают в коленных и тазобедренных суставах, стопы удерживают параллельно поверхности приземления. Корпус несколько наклоняют вперед. Руки сгибают в локтях и прижимают к корпусу. Удар при приземлении смягчается мышечной силой ног, а если равновесие удержать не удалось, то приземление завершается падением на бою или вперед на руки.

При падении назад руки надо развести в стороны, согнуть в локтевых суставах ладонями вниз. Голову наклоняют к груди, ноги сгибают и прижимают к корпусу, силу удара при приземлении смягчают ударом рук о землю и завершают перехватом; через спину и плечо или на спину, если инерция незначительна.

Особенно опасно падение на спину в упор, что чревато серьезной травмой туловища, внутренних органов, головы. Приемам падения назад должно быть уделено особое внимание. В отдельных случаях падение назад при потере равновесия может быть переведено в более безопасное падение на бок.

Инструктор физической культуры должен помнить, что навыки безопасного падения, развитые в детском возрасте, сохраняются всю жизнь, предохраняя человека от травм.

Наш девиз: *«От удовольствия — к привычке, от привычки — к потребности».*

