**Правила безопасности при проведении подвижных игр.**

Игрок должен:

* иметь спортивную форму
* соблюдать правила игры и не нарушать их;
* начинать игру можно по сигналу инструктора по ФК;
* водящие должны слегка касаться рукой убегающих, не хватать и не толкать их в спину, не ставить подножек;
* пойманные – осаленные игроки, которые обязаны выйти из игры согласно правил, должны осторожно, не мешая другим, покинуть игровую площадку и сесть на скамейку;

****Требования безопасности во время игр**

***Игры с догонялками***

Убегающие должны:

* смотреть в направлении своего движения;
* исключать резкие стопорящие остановки;
* во избежание столкновения с другими играющими замедлить скорость своего бега и остановиться.
* ******убегая от водящего, нельзя толкать в спину впереди бегущих, забегать на скамейки.

***Игры с перебежками***

* пропустите вперед бегущих быстрее вас;
* не изменяйте резко направление своего движения;
* не выбегайте за пределы игровой площадки;
* заблаговременно замедляйте бег при пересечении линии «дома»;
* ****не останавливайте себя, упираясь руками или ногой в стену.
* ***Игры с мячом*.**
* не бросайте мяч в голову играющих;
* соизмеряйте силу броска мячом в игроков в зависимости от расстояния до них;
* следите за перемещением игроков и мяча на площадке;
* не мешайте овладеть мячом игроку, который находиться ближе к нему;
* не вырывайте мяч у игрока, первым овладевшим им;
* не падайте и не ложитесь на полы, когда хотите увернуться от мяча;
* ******ловите мяч захватом двумя руками снизу.

***Эстафеты.***

* не начинайте эстафету без сигнала учителя;
* выполняйте эстафету по своей дорожке;
* если ваш инвентарь оказался на полосе другой команды, осторожно заберите его, вернитесь на свою дорожку и продолжайте выполнять задание;
* не выбегайте преждевременно из строя, пока ваш игрок не закончил выполнять задание и не передал вам эстафету касанием руки;
* после передачи эстафеты учащийся должен встать в конец своей команды;
* во время эстафеты не выходите из своего строя, не садитесь и не ложитесь на пол.
1. **Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.**

Учащийся должен:

* при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность инструктора по ФК;
* с помощью инструктора по ФК ,оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать скорую помощь.
1. **Требования безопасности по окончании игр.**

Учащийся должен:

* под руководством инструктора убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
* организованно покинуть место проведения игр;
* переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обуввымыть с мылом руки.

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение**

**«Центр развития ребенка детский сад № 17»**

**г.о. Саранск**

|  |
| --- |
|  **УТВЕРЖДАЮ****Заведующая МАДОУ «Центр развития ребенка - детский сад№17» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Д.Г. Бикмурзина****Пр № 182 от 31.05. 2019г.**  |

**Инструкция**

**при проведении подвижных игр.**

Разработал: инструктор

по физической культуре

Масликова Н. И.