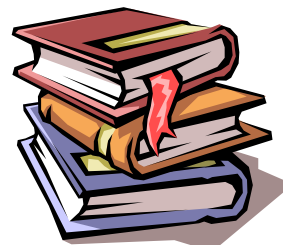


Государственное учреждение
«Гомельский областной центр физического воспитания спорта учащихся и
студентов»

**Методическая
копилка**



**Создание безопасных условий
для физического воспитания детей
в учреждениях дошкольного образования**

Методические рекомендации

г. Гомель,
2018

Печатается по решению Совета Центра государственного учреждения «Гомельский областной центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов» № 2.5. от 18.09.2018.

Создание безопасных условий для физического воспитания детей в учреждениях дошкольного образования/ Сост: Н.В. Гуцко – Гомель: ГУ «ГОЦФВиС», 2018. – 12 с.

В пособии рассматриваются актуальные вопросы по созданию безопасных условий для физического воспитания детей в учреждениях дошкольного образования.

Предназначено для администраций, руководителей физического воспитания учреждений дошкольного образования, комиссий по приемке учреждений дошкольного образования к началу учебного года.

Общие требования к физкультурному и игровому оборудованию, спортивному инвентарю.

Игровое и физкультурное оборудование на территории учреждения дошкольного образования, спортивный инвентарь по конструкции, размерам, применяемым материалам должны соответствовать возрастным и психофизическим особенностям воспитанников, нормам технических нормативных правовых актов, содержащих обязательные для исполнения требования.

Физкультурно-спортивное и игровое оборудование, спортивный инвентарь должны быть водостойкими и хорошо поддаваться очистке, ежедневно протираться. Размеры и степень сложности оборудования должны соответствовать установленной возрастной группе пользователей (1).

Оборудование должно быть изготовлено из прочных и безопасных для здоровья детей материалов. Не допускается применение полимерных легковоспламеняющихся материалов, материалов опасных по токсичности продуктов горения, новых материалов, свойства которых недостаточно изучены.

Деревянное оборудование должно быть выполнено из твердых пород дерева со специальной обработкой, предотвращающей гниение, усыхание, возгорание, образование сколов; быть отполировано. Металлические конструкции должны иметь надежные соединения (резьбовые соединения должны быть предохранены от самоотвинчивания), влагостойкую покраску и антикоррозийное покрытие.

В конструкции игрового и спортивного оборудования должны быть полностью исключены такие отверстия и сочленения поверхностей, которые могут привести их попаданию под элементы оборудования в состоянии движения. Угол между стенками V-образных зазоров и щелей должен быть не менее 60°. Кроме того, подвижные и неподвижные элементы оборудования не должны образовывать сдавливающих или режущих поверхностей.

Не допускается наличие выступающих гвоздей, незащищенных выступающих концов проволочных канатов или острых частей. Выступающие концы резьбовых соединений должны быть защищены, например, колпачковыми гайками. Гайки и головки болтов не должны иметь заусенцев. Сварные швы должны быть зачищены.

На игровой поверхности с установленным игровым оборудованием должно быть предусмотрено ударопоглощающее покрытие (2).

Не допускается оставлять выступающие, не заглубленные в землю металлические перемычки игрового и спортивного оборудования (например, у турников и качелей).

Поверхности оборудования не должны иметь трещин. Шероховатые поверхности не должны создавать риск травмирования. У доступных частей оборудования не допускается наличие твердых и острых деталей (3).

Фундамент игрового (спортивного) оборудования должен быть таким, чтобы не создавать опасность (размыкание, удар). Элементы фундамента должны быть на глубине не менее 400 мм от игровой поверхности либо фундамент должен быть надежно закрыт оборудованием или его частями (4).

Контроль оборудования и его частей должен проводиться следующим образом (5):

- периодический визуальный (ежедневный): определение видимых источников опасности, которые являются следствием актов вандализма, неправильной эксплуатации или неблагоприятных погодных условий (сломанные детали оборудования, битые бутылки и т.д.);

(1) См.: п. 4.2.1 СТБ ЕН 1176-1-2006.

(2) См.: п. 4.2.4.1 СТБ ЕН 1176-1-2006.

(3) См.: п. 4.2.5 СТБ ЕН 1176-1-2006.

(4) См.: п. 4.2.14 СТБ ЕН 1176-1-2006.

(5) См.: п. 6.2 СТБ ЕН 1176-7-2006.

- контроль функционирования (не реже одного раза в три месяца, но не реже периодичности, предусмотренной инструкцией изготовителя): осмотр с целью проверки прочности и устойчивости оборудования, выявления износа деталей;

- ежегодный контроль — с целью подтверждения нормального эксплуатационного состояния оборудования, включая его фундаменты и поверхности. Особое внимание уделяется скрытым и труднодоступным элементам оборудования.

В процессе контроля определяют:

- ✓ чистоту и внешний вид поверхности игровой площадки и оборудования;
- ✓ соблюдение расстояний от частей оборудования до поверхности игровой площадки;
- ✓ наличие выступающих частей фундаментов;
- ✓ наличие дефектов/неисправностей элементов оборудования;
- ✓ отсутствие деталей оборудования;
- ✓ недопустимый износ подвижных частей оборудования;
- ✓ структурную целостность оборудования.

В учреждениях дошкольного образования должны проводиться следующие мероприятия по обслуживанию оборудования детских игровых и спортивных площадок:

- проверка и подтягивание узлов крепления;
- обновление окраски оборудования;
- обслуживание / восстановление ударопоглощающих покрытий;
- смазка подшипников;
- обеспечение чистоты оборудования и покрытий (удаление осколков, обломков и загрязнителей).

Документация на оборудование должна содержать (6):

- акты контроля и испытаний (при необходимости);
- контроль основных эксплуатационных и технических характеристик;
- инструкции по эксплуатации (при наличии);
- учет выполнения работ (например, журнал учета выполнения работ);
- чертежи и схемы.

Документация должна быть доступна персоналу во время проведения технического обслуживания, контроля и ремонтных работ.

С целью предупреждения травм различные неровности, выбоины на спортивных площадках следует систематически засыпать и выравнивать. Занятия на мокрых площадках запрещаются.

Площадки нельзя ограждать канавками, устраивать деревянные или кирпичные бровки.

Конструкции оборудования и отельных сооружений должны быть надежно закреплены; изготавливаться из соответствующих материалов; не должны иметь острых углов и выступающих деталей; поверхность деревянных конструкций должна быть гладкой и хорошо отшлифованной.

Все спортивные снаряды и оборудование должны находиться в полной исправности и быть надежно закреплены. Надежность установки и результаты испытаний инвентаря и оборудования должны быть зафиксированы в специальном журнале (акте).

В местах установки игрового и спортивного оборудования (горки, оборудование для лазания и др.), с которого возможно падение с высоты более 1 м, не должно быть препятствий, на которые может натолкнуться воспитанник и получить травму. В зоне падения должна быть подсыпка из ударопоглощающих материалов (7).

(6) См.: п. 8.2.3 СТБ ЕН 1176-7-2006.

(7) См.: п. 4.2.8.4 СТБ ЕН 1176-1-2006.

В пространстве, которое занимает воспитанник внутри игрового (спортивного) оборудования (на оборудовании или вокруг него), не должно быть препятствий, которые могут стать причиной травмы (8).

Каждый вид спортивного и игрового оборудования должен иметь технический паспорт завода-изготовителя, в котором указываются его технические характеристики и условия безопасной эксплуатации.

Требования, предъявляемые к спортивной площадке в учреждении дошкольного образования

Полноценное и разностороннее физическое развитие и воспитание детей дошкольного возраста невозможны без правильно организованной двигательной деятельности и целесообразного двигательного режима. Чтобы обеспечить их, необходимо в учреждении дошкольного образования создать физкультурную базу, т.е. соответствующие условия как в помещении, так и на участке.

Физкультурная площадка простейшего типа с естественным грунтовым покрытием площадью не менее 250 м² должна планироваться в непосредственной близости от игровых участков старших групп. Это позволит использовать ее не только для проведения занятий, подвижных и спортивных игр, но и для самостоятельной двигательной деятельности.

На участке, отведенном под физкультурную площадку, прежде всего, необходимо провести планировку — выровнять поверхность и создать естественный травяной покров. Для посева рекомендуются стойкие к вытаптыванию травосмеси (мятлик луговой, овсяница красная, овсяница луговая, райграс пастбищный, полевица обыкновенная, клевер ползучий, тимopheевка луговая). Наиболее благоприятные сроки засева — с начала весны до середины июня.

Часть физкультурной площадки может быть и с твердым покрытием, что позволяет проводить занятия в любое время года. Наиболее оптимальные размеры площадки — 24X15 м, но в зависимости от условий они могут колебаться от 30X18 м до 19X9 м. Рекомендовано резино-битумное покрытие.

После планировки проводится разбивка площадки, определяются места размещения снарядов. При их установке на физкультурной площадке во избежание травм детей необходимо соблюдать следующие требования.

1. Располагать оборудование по краям площадки, так, чтобы большая часть ее использовалась для проведения подвижных и спортивных игр, физкультурных праздников и досугов.

2. Следует предусмотреть зоны безопасности. Расстояние между снарядами должно быть не менее 2 м, расстояние до деревьев, кустарника и скамеек не менее чем 150 см. Кустарник и деревья необходимо своевременно подстригать. Под снарядами для лазания, подъемов, соскоков (возможны срывы и падения) должна быть мягкая песчано-опилочная подушка толщиной 30—40 см.

3. Снаряды, сделанные из металла, следует устанавливать на прочном, устойчивом фундаменте.

4. У деревянного оборудования все части, находящиеся в земле, должны быть покрыты битумным лаком с целью предохранения от гниения.

5. Учитывая всестороннее воздействие упражнений на организм ребенка, важно правильно, в определенной последовательности, разместить физкультурное оборудование, чтобы:

(8) См.: п. 4.2.8.5 СТБ ЕН 1176-1-2006

- а) обеспечить многократность повторения одного и того же движения;
- б) упражнения, выполняемые ребенком поочередно на нескольких снарядах, не воздействовали на одну и ту же группу мышц;
- в) сильные по физиологическому эффекту упражнения сменялись упражнениями спокойного характера.

Вариантность размещения оборудования позволит при обучении переходить от простого к сложному, подбирать разнообразные сочетания упражнений.

Во время работы на снарядах руководитель физического воспитания координирует деятельность детей, вместе с воспитателем помогает им при выполнении сложных упражнений, обеспечивает страховку. Дети занимаются в спортивной одежде и обуви.

Желательно, чтобы отдельные небольшие участки площадки были затенены. Скамейки устанавливаются как на открытой ее части, так и на теневой, физкультурную площадку необходимо содержать в чистоте, регулярно пропалывать сорняки, скашивать траву, поливать.

На физкультурной площадке создаются условия для развития всех основных видов движений. Пролезание, лазание, перелезание относятся к любимым движениям детей. Упражнения в лазании на снарядах разной конструкции и высоты воспитывают ловкость, смелость и привычку к высоте.

По периметру площадки устраивается беговая дорожка, а по краям размещаются пособия для упражнений в основных движениях. Большая часть площадки должна оставаться свободной: она нужна для коллективных подвижных игр, спортивных и гимнастических упражнений.

В соответствии с программными задачами и Перечнем спортивного инвентаря и оборудования (9) на спортивном участке учреждения дошкольного образования должны быть оборудованы:

Универсальная площадка для спортивных игр, включающая в себя:

1. **Баскетбольная площадка** (5 х 10 м). Стойки баскетбольные со щитом и корзиной (высота крепления 200 - 220 см, длина щита не более 120 см, ширина щита не более 90 см, диаметр корзины не более 45 см, длина сетки 40 см);
2. **Площадка для игры в футбол/хоккей с воротами** (ворота – длина 200 см, высота 150 см, глубина 80 см).
3. **Площадка со стойками для игры в бадминтон** (стойки с сеткой высотой 150 - 200 см)
4. **Городошная площадка** квадрат (1х1), это «город». Городки выставляют на передней стороне «города» в виде различных фигур: звезда, ракета, рак, самолет, колодец, слон, письмо. Каждая фигура строится из пяти городков. На расстоянии 5м от «города» чертится линия полукона, на расстоянии 10 м чертится линия кона. С этой линии бросают биты.

Спортивное надворное оборудование:

- | | | |
|--|---|---|
| <ol style="list-style-type: none">1. Арки, ворота для подлезания.2. Бревна.3. Гимнастический комплекс.4. Горка-скат различных типов.5. Перекладыны, рукоходы.6. Гимнастические стенки.7. Яма для прыжков. В соответствии с теорией и методикой физического воспитания длина прыжковой ямы в учреждении дошкольного образования составляет 3-4 м, | } | <p>На поверхности с установленным физкультурным оборудованием должно быть предусмотрено ударопоглощающее покрытие (песок, опилки)</p> |
|--|---|---|

(9) Постановление МО РБ от 14.06.2014 № 105 Об установлении перечней и норм обеспечения спортивным инвентарем и оборудованием, необходимыми для организации физического воспитания обучающихся учреждений образования, иных организаций, индивидуальных предпринимателей, которым в соответствии с законодательством предоставлено право осуществлять образовательную деятельность, проведения с ними физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий

ширина-1,5-2 м, глубина — 40 см. Располагается на спортивном участке в направлении с юга на север не ближе 3-4 м. от забора. На дорожку для разбега отведено 8-12 м, шириной 80-100 см.. По периметру ямы прокладывается деревянный ящик-плинт. Верх боковых и заднего бортов обиваются мягкой резиной и должны находиться на одном уровне с поверхностью дорожки для разбега, а передний борт «утоплен», т. е. находится на 2—3 см ниже этого уровня. Яму заполняют мелкозернистым песком или смесью песка и опилок хвойных пород в соотношении 3:7. Раз в неделю песок вскапывается на всю глубину, а перед занятиями верхний слой песка необходимо рыхлить и выравнивать граблями. На расстоянии 20—40 см от переднего борта укрепляется брусок для отталкивания. Чтобы он хорошо был виден с места разбега, его окрашивают в белый или желтый цвет. Ширина бруска — 20—30 см, длина равна ширине ямы. Вдоль одного из боковых бортов закрепляется мерная планка (указатель Длины прыжка), окрашенная в яркий цвет, она помогает определить длину выполненного прыжка.

Общие основы безопасности детей дошкольного возраста при выполнении физических упражнений

На занятиях физической культуры руководитель физического воспитания обязан обеспечить детям полную безопасность. Несоблюдение правил нередко приводит к травмам. Анализ большинства полученных травм свидетельствует о том, что они являются следствием:

1. Недооценки или неправильного использования приемов физической помощи и страховки.
2. Несоблюдения правил организации занятий.
3. Нарушения методики и структуры занятия (недооценка значения разминки).
4. Отсутствия регулярного медицинского контроля.
5. Отсутствия систематической воспитательной работы.
6. Нерегулярной проверки качества физкультурного оборудования и инвентаря, а также отсутствия контроля за установкой спортивных снарядов.
7. Незнания физиологических особенностей организма детей, особенно в утренние часы.

Требования к условиям организации занятий дошкольников.

1. Любая деятельность, а особенно физическая, может осуществляться лишь под непосредственным контролем и наблюдением со стороны взрослого.

2. В спортивном зале и на спортивной площадке должны быть созданы условия, обеспечивающие охрану жизни и здоровья детей:

а) все оборудование (гимнастическая стенка, комплексы, лесенки) должно быть надежно закреплено; 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.

Помещение, в котором организуется физкультурная деятельность, должно быть чистым, светлым, хорошо проветриваемым. Освещенность должна соответствовать установленным санитарно-гигиеническим нормам.

3. Запрещается перенос детьми тяжестей весом более 2—2,5 кг (для ребенка старшего дошкольного возраста).

4. Категорически запрещается привлекать детей к труду, представляющему угрозу инфицирования (уборка зала и т. д.).

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, предназначенное для взрослых.
4. 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 физкультурно-оздоровительной работой в учреждениях дошкольного образования

1. Обучая детей различным навыкам, приемам выполнения движений, руководитель физического воспитания должен обеспечить правильный показ движения.
2. При организации занятия следить за тем, чтобы дети самовольно не использовали спортивные снаряды и тренажеры.
3. Не допускать нахождения детей в зале или на физкультурной площадке без присмотра взрослого, следить за организованным входом и выходом детей из спортивного 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. Руководитель физического воспитания должен осуществлять постоянный контроль за сохранением правильной позы и осанки детей во время занятия.
7. При организации физкультурного занятия руководитель физического воспитания должен следить за состоянием детей, не допускать их переутомления. В случае появления внешних признаков переутомления педагог обязан предложить ребенку отдохнуть, а затем переключиться на более спокойную деятельность.

Руководитель физического воспитания в обязательном порядке должен ознакомить детей с правилами поведения на занятии и систематически контролирует их выполнение.

Страховка и помощь как мера профилактики безопасности детей на физкультурных занятиях.

Как уже отмечалось, одна из наиболее распространенных причин травматизма — плохая организация занятий.

Страховка и помощь на физкультурных занятиях позволяют не только успешно решать задачи овладения техникой физических упражнений, но и избегать травм. Под страховкой понимают готовность педагога своевременно оказать помощь исполнителю упражнения в случае неудачной попытки. В отличие от страховки помощь предусматривает поддержку, подталкивание, «проводку» занимающегося по траектории исполняемого им движения.

Страховка и помощь имеют немаловажное психологическое значение, особенно при выполнении более сложных движений.

При освоении техники различных физических упражнений физическая помощь способствует формированию у дошкольников четких двигательных представлений.

К основным разновидностям физической помощи относятся:

- а) «проводка» по движению;
- б) кратковременная помощь в наиболее трудной части движения;
- в) поддержка ребенка в статических положениях.

«Проводка» облегчает овладение движением в целом. Применяя «проводку», руководитель физического воспитания должен приложить лишь такие физические усилия, которые бы не подменяли действия самого ребенка. Кратковременная физическая помощь (подталкивание) оказывается по ходу исполнения отдельных фаз движения.

Поддержка осуществляется специалистом, когда ребенок находится в исходных, промежуточных и конечных положениях, особенно в тех случаях, когда ребенок еще недостаточно правильно прилагает свои усилия.

В результате применения различных видов физической помощи у дошкольника формируются правильные двигательные представления, играющие важнейшую роль в процессе овладения навыками самостоятельного выполнения упражнений. По мере совершенствования техники исполнения упражнений степень приложения физических усилий детям уменьшается, а затем прекращается вовсе.

Использование приемов помощи и страховки сокращает сроки обучения и помогает детям преодолевать психологический барьер (страх).

Страховка и физическая помощь взаимосвязаны. При самостоятельном же выполнении упражнений, когда физическая помощь и страховка сведены к минимуму, решающее значение приобретает самостраховка. Приступая к самостоятельному выполнению упражнения, ребенок должен владеть способами самостраховки.

В тех случаях, когда ребенок выполняет упражнение со страховкой, страхующий обязан внимательно наблюдать за ним до полного окончания им упражнения, особенно необходимо следить за приземлением, так как в результате неудачи могут быть различные падения, и как следствие, — травмы.

Вариативность приемов страховки зависит от индивидуальных особенностей страхующего и обучаемого (рост, вес, физическая сила, скорость двигательной реакции и др.).

Руководитель физического воспитания обязан:

- а) знать технику упражнения и в зависимости от обстановки правильно выбирать место для оказания страховки и помощи;
- б) использовать разновидности страховки, не мешая ребенку выполнять упражнения;
- в) знать индивидуальные особенности детей.

Литература:

1. Безопасная физкультура для дошколят / Н.С. Мартынюк, В.С. Мартынюк, Е.Г. Лайко и др. – Мозырь: Содействие, 2007. – 52 с.
2. Лесун, М. Л. Охрана труда в учреждениях дошкольного образования : практ. пособие / М. Л. Лесун. — Минск: Информационное правовое агентство Гревцова, 2015. — 160 с.
3. Памятка Госпромнадзора по обеспечению безопасной эксплуатации оборудования детских игровых площадок

