

Принято:  
Педагогическим советом  
ГБДОУ детского сада № 84  
Приморского района Санкт-Петербурга

Протокол от « 25 » 06 20 20 г.

№ 12

Согласовано:  
Ответственным за ОТ  
ГБДОУ детского сада № 84  
Приморского района Санкт-Петербурга

Протокол от « 25 » 06 20 20 г.

№ 3

Утверждаю:  
Заведующий ГБДОУ детского сада № 84  
Приморского района Санкт-Петербурга



С.В. Зенченко

Приказ от « 26 » 06 20 20 г.

№ 1818-00

**№ 58**

**Инструкция**  
**по правилам безопасного поведения для воспитанников**  
**при обучении ОВД: прыжки.**

---

1. Слушайте внимательно команды инструктора по физической культуре или воспитателя.
2. Начинайте и заканчивайте движения только по его сигналу.
3. При выполнении прыжков и соскоков со спортивных снарядов приземляйтесь мягко, пружинисто приседая. Убедитесь, чтобы в местах соскоков со снаряда лежал гимнастический мат.
4. Убедитесь, что поверхность матов ровная.
5. Прыгать можно только в спортивной обуви.
6. Убедись, что в месте приземления тебя страхует инструктор или воспитатель.
7. Детям нельзя спрыгивать с большой высоты.
8. При выполнении прыжков в длину с места, с продвижением вперёд на одной, двух ногах старайся прыгать «мягко» и «тихо».

Инструкцию разработал старший воспитатель \_\_\_\_\_ /Врублевская Н.В./