

Техника безопасности на уроках физкультуры.

Презентацию подготовила:
Гордейчук Татьяна Владимировна
Учитель физической культуры
ГБОУ СОШ №324
Курортного района Санкт-
Петербурга.

Вводный инструктаж по мерам безопасности для учащихся по предмету «Физическая культура».

- **I. Общие требования безопасности.**
- *Учащийся должен:*
 - - пройти медицинский осмотр и заниматься в той медицинской группе, к которой он относится по состоянию здоровья;
 - - иметь опрятную спортивную форму (трусы, майку, футболку, спортивный костюм, трико, чистую обувь – кеды, кроссовки), соответствующую погодным условиям и теме проведения занятия;
 - - выходить из раздевалки по первому требованию учителя;
 - - после болезни предоставить учителю справку от врача;
 - - присутствовать на уроке в случае освобождения врачом от занятий после болезни;
 - - бережно относиться к спортивному инвентарю и оборудованию и использовать его по назначению;
 - - иметь коротко остриженные ногти;
 - - знать и выполнять инструкцию по мерам безопасности.

Требования безопасности перед началом занятий.

- *Учащийся должен:*
 - - переодеться в раздевалке, надеть на себя спортивную форму и обувь;
 - - снять с себя предметы, представляющие опасность для других занимающихся (серьги, часы, браслеты и т.д.);
 - - убрать из карманов спортивной формы колющиеся и другие посторонние предметы;
 - - под руководством учителя приготовить инвентарь и оборудование, необходимые для проведения занятия;
 - - с разрешения учителя выходить на место проведения занятия;
 - - по команде учителя встать в строй для общего построения.

III. Требования безопасности во время занятий.

Учащийся должен:

- внимательно слушать и чётко выполнять задания учителя;
- брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения учителя;
- во время передвижений смотреть вперёд, соблюдать достаточные интервал и дистанцию, избегать столкновений;
- выполнять упражнения с исправным инвентарём и заниматься на исправном оборудовании и выполнять упражнения с разрешения учителя;
- во время передвижений смотреть вперёд, соблюдать достаточные интервал и дистанцию, избегать столкновений;
- выполнять упражнения с исправным инвентарём и заниматься на исправном оборудовании

- ***Учащимся нельзя:***

- - покидать место проведения занятия без разрешения учителя;
- - толкаться, ставить подножки в строю и движении;
- - залезать на баскетбольные фермы, виснуть на кольцах;
- - жевать жевательную резинку;
- - мешать и отвлекать при объяснении заданий и выполнении упражнений;
- - выполнять упражнения с влажными ладонями;
- - резко изменять направление своего движения.

IV. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

Учащийся должен:

- при получении травмы или ухудшения самочувствия прекратить занятия и поставить в известность учителя физкультуры;
- с помощью учителя оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать «скорую помощь»;
- при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством учителя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации;
- по распоряжению учителя поставить в известность администрацию учебного заведения и сообщить о пожаре в пожарную часть.

. Требования безопасности по окончании занятий.

Учащийся должен

- под руководством учителя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения занятия;
- переодеться в раздевалке, снять спортивный костюм и спортивную обувь;
- вымыть с мылом руки.