

Техника безопасности на занятиях спортивной гимнастикой.

Студент: Бельков И.А.(1232)

Содержание

1. Общие требования безопасности
2. Требования безопасности перед началом занятий.
3. Требования безопасности во время занятий.
4. Требования безопасности по окончании занятий.

Общие правила безопасности

- * К занятиям спортивной гимнастикой допускаются студенты, прошедшие медосмотр и имеющие допуск врача.



- * А так же студенты, прошедшие инструктаж по технике безопасности.



- * Обязательно наличие спортивной формы (одежды и обуви), которая соответствует теме урока и погодным условиям (при занятиях на улице).



- * Студенты переодеваются в специально отведенном месте - спортивной раздевалке.
- * Вход в раздевалку с верхней одеждой и уличной обувью **ЗАПРЕЩЕН!**



- * В раздевалке запрещается вставать на скамейки, трогать светильники, портить шкафчики, мусорить, грубо вести себя по отношению к другим студентам.



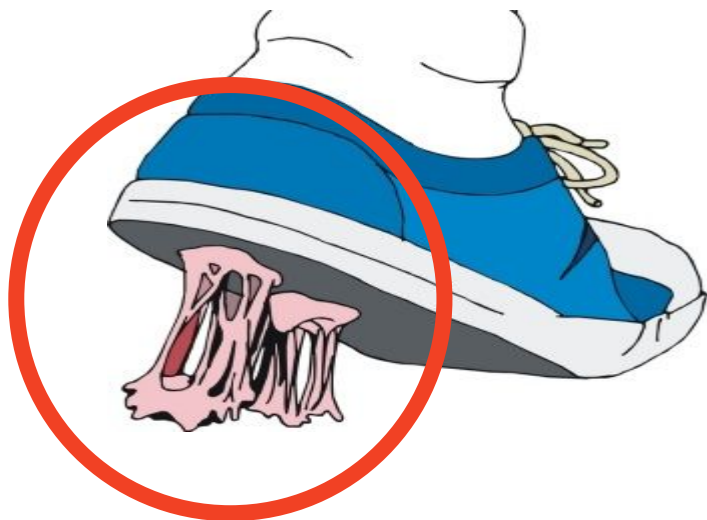
- * Со звонком на пару студенты обязаны собраться на построение в спортивном зале.
- * В случаях когда занятия проводятся на улице, студенты не выходят из колледжа без сопровождения преподавателя.



- * Со звонком раздевалка закрывается на ключ. Студенты должны оставить в раздевалке (вынуть из карманов) ценные вещи, мобильные телефоны и другие девайсы, украшения и травмоопасные предметы.



- * Студентам запрещается заходить в зал без разрешения преподавателя.
- * Запрещается самостоятельно брать спортивный инвентарь в тренерской комнате и в зале.
- * Запрещается входить в спортивный зал с жевательной резинкой.



- * После болезни студенты должны предоставить преподавателю справку и обязаны присутствовать с группой на паре.

Код формы по ОКЗД
Код учреждения по ОКЗД

Министерство здравоохранения
РЕГИСТРАТУРА
Медицинская документация
Учреждения Министерства СССР
04.10.80 г. № 1010

СПРАВКА № 126
о временной нетрудоспособности студента, учащегося техникума,
профессионально-технического училища, в больнице, карантине
и прочих причинах отсутствия ребенка, посещающего школу,
детское дошкольное учреждение
(нужно подчеркнуть)

Дата выдачи « 28 марта » 20 11 г.
Студенту, учащемуся, ребенку, посещающему дошкольное учреждение
(нужно подчеркнуть)

Инициалы учредителя учреждения
МЗНУ г.м. Звенигород

Фамилия, имя, отчество Петров Пётр

Дата рождения (год, месяц, для детей до 1-го года - день) 25.05.1985

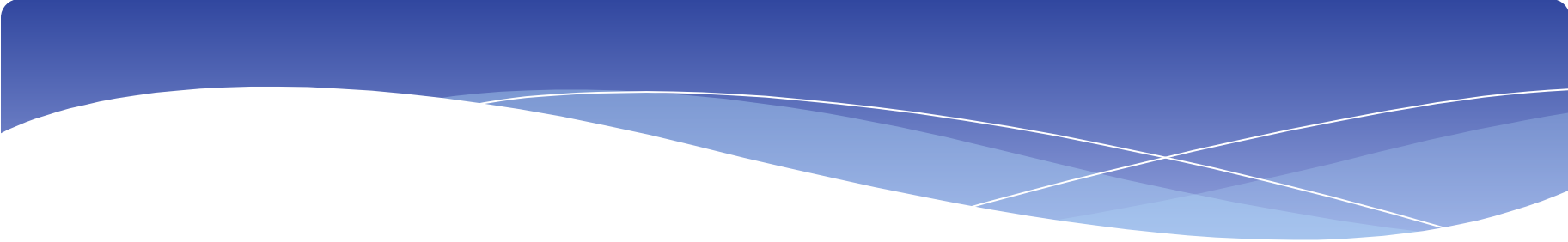
Диагноз заболевания (прочие причины отсутствия) ОРВИ

Наличие контакта с профессиональным больным (да, нет, карантин)
нет

Подпись врача
Петров Пётр

Полная дата
в заметках присутств. с 05.04.2011



- 
- * Студенты должны бережно относиться к спортивному оборудованию и инвентарю, использовать его по назначению.
 - * Студенты должны выполнять требования преподавателя с первого раза.
 - * Студенты обязаны знать и выполнять инструкции по технике безопасности.

Требования безопасности перед началом занятий.

Студенты должны:

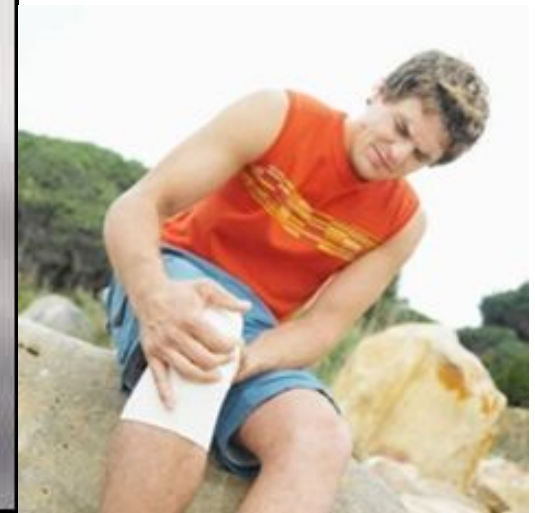
1. Переодеться в раздевалке в спортивную форму;
2. Вынуть из карманов формы ценные вещи и травмоопасные предметы, снять с себя украшения (кольца, браслеты, цепочки);
3. Входить в зал с разрешения преподавателя.
4. По команде преподавателя встать в строй для общего построения.

Требования безопасности во время занятий.

Учащиеся должны:

- 1) Внимательно слушать и четко выполнять задания преподавателя.
- 2) Брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения по команде преподавателя.
- 3) Во время передвижений смотреть вперед, соблюдая достаточный интервал и дистанцию.
- 4) Избегать столкновений с другими учащимися.
- 5) Во время самостоятельного выполнения упражнений (учебная игра, соревнования и проч.) учащиеся должны учитывать свой уровень физической подготовленности, состояние здоровья и место проведения занятий.

- * При ухудшении самочувствия или получения травмы немедленно прекратить занятие и сообщить об этом преподавателю.



Студентам запрещается:

- * Покидать место проведения занятий без разрешения преподавателя.
- * Толкаться, ставить подножки в строю и в движении.
- * Пользоваться мобильными телефонами и другими электронными устройствами во время пары.





- ❖ Залезать на гимнастические лестницы, канаты, шесты без разрешения преподавателя.

- ❖ Виснуть на баскетбольных кольцах.



- ❖ Мешать и отвлекать при объяснении заданий и выполнении упражнений.



Требования безопасности по окончании занятий.

Студенты должны:

1. Убрать спортивный инвентарь в места его хранения.
2. Организованно покинуть место проведения занятия.
3. Переодеться в раздевалке в обычную форму.
Запрещается оставлять после пары спортивную форму в раздевалке.
4. Тщательно вымыть руки с мылом.

Спасибо за внимание!

