

Техника безопасности на уроках физической культуры



На уроках физкультуры мы изучаем различные виды спорта





Почему
мы

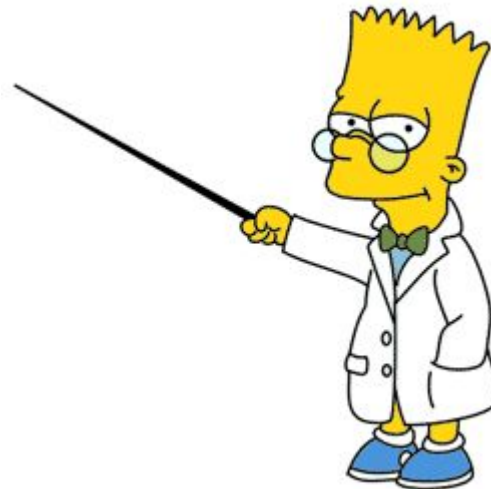
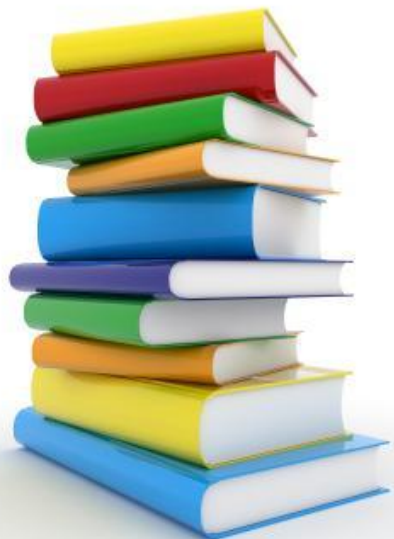
получаем травмы,
занимаясь
физическими
упражнениями?

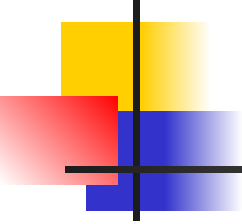


Нарушаем
обязательные
правила
Техники
Безопасности

Что же нужно сделать, чтобы избежать травм?

**Выполнять
правила ТБ**



- 
-
- **1. К урокам физической культуры допускаются только те учащиеся, которые прошли инструктаж по технике безопасности.**





2. К урокам физической культуры допускаются учащиеся, которых к урокам допустил врач





3. Учащиеся обязаны иметь на уроках спортивную форму и чистую спортивную обувь.

Спортивная форма должна соответствовать температуре в спортивном зале и погодным условиям (при занятиях на улице).



4. Учащиеся переодеваются в приёмной своего класса.

Переодеваться надо быстро, не мешая своим одноклассникам.



5. Освобожденные от занятий учащиеся должны присутствовать на уроке с классом, запоминать теорию и практику. Освобождёнными считаются те дети, которых от занятий освободил врач и выписал справку, которую необходимо отдать своему учителю.



**6. Со звонком на урок
учащиеся должны быть готовы
к началу урока. Стоять в одну
колонну друг за другом. По
дороге в спортзал должны
соблюдать дисциплину!**



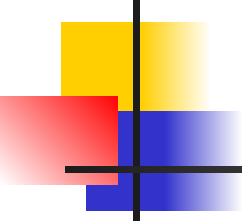


**7. На уроках физкультуры
запрещается жевать
жевательную резинку, кушать
конфеты и прочие сладости.**



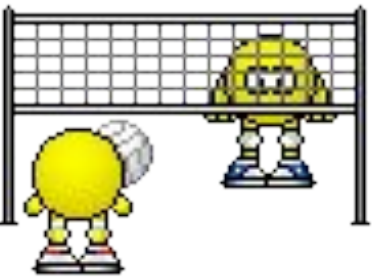
**8. На уроках физкультуры
запрещается пользоваться
мобильным телефоном и ему
подобными аппаратами.**



- 
-
- **9. Учащиеся не должны мешать учителю проводить урок и перебивать его, так же нельзя мешать другим учащимся выполнять упражнения на уроке.**



10. Учащиеся обязаны вести себя корректно по отношению к другим учащимся (не смеяться друг над другом, не подшучивать, не обзывать!). В случае возникновения конфликтной ситуации между учащимися немедленно обратиться к учителю.





11. На уроках учащиеся

**обязаны выполнять только те
упражнения, которые
разрешил выполнять учитель.**



12. Во время самостоятельного выполнения упражнений (учебная игра, соревнования и проч.)

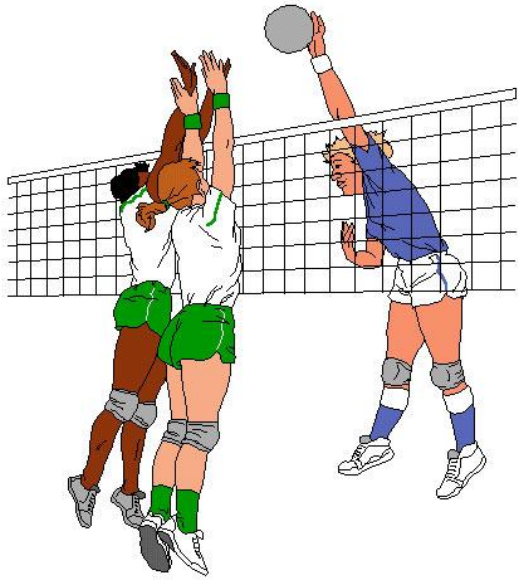
учащиеся должны учитывать свой уровень физической подготовленности, состояние здоровья и место проведения занятий.

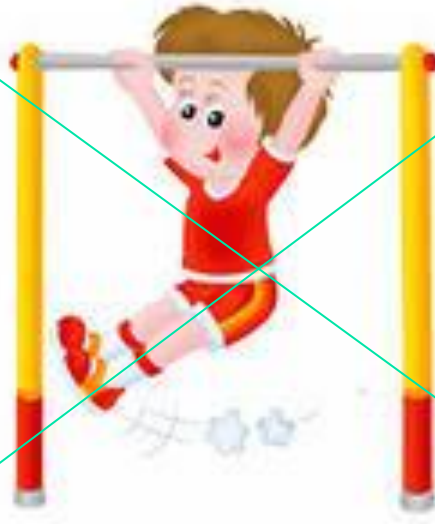


13. Во время выполнения упражнений с мячами (теннисный, волейбольный, баскетбольный, футбольный, набивной) учащийся обязан контролировать падение мяча, чтобы не попасть и не травмировать своих одноклассников.



14. Во время проведения подвижных и спортивных игр учащиеся обязаны вести себя аккуратно по отношению к другим игрокам, соблюдать правила игры и не подводить свою команду.





15. Запрещается выполнение любых упражнений на перекладине и шведских стенках без разрешения учителя!!!

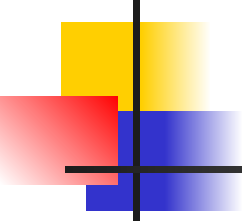


**16. При обнаружении поломок
или каких-либо не
исправностей спортивного
оборудования или инвентаря
немедленно сообщать об этом
учителю!!!**



17. В случае плохого самочувствия на уроке учащийся должен незамедлительно сообщить об этом учителю физкультуры. Он также обязан проинформировать учителя о травме или плохом самочувствии, которые проявились до или после урока физкультуры.





Соблюдайте правила
безопасности.
Будьте здоровы!

