

ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ (ГИМНАСТИКА)

Учитель физической культуры
Смирнова Полина Артуровна

Тверь 2016-2017г

Общие требования безопасности.

- К уроку допускаются дети прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности на уроках физической культуры.



Требования безопасности перед началом занятия.

- ◎ **Обязательно** одеть спортивную одежду и спортивную обувь с нескользящей подошвой.



- ПРОВЕРИТЬ ИСПРАВНОСТЬ ВСЕХ СНАРЯДОВ И СПОРТИНОВОГО ИНВЕНТОРЯ.



ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЯ.



ЧЕТКО



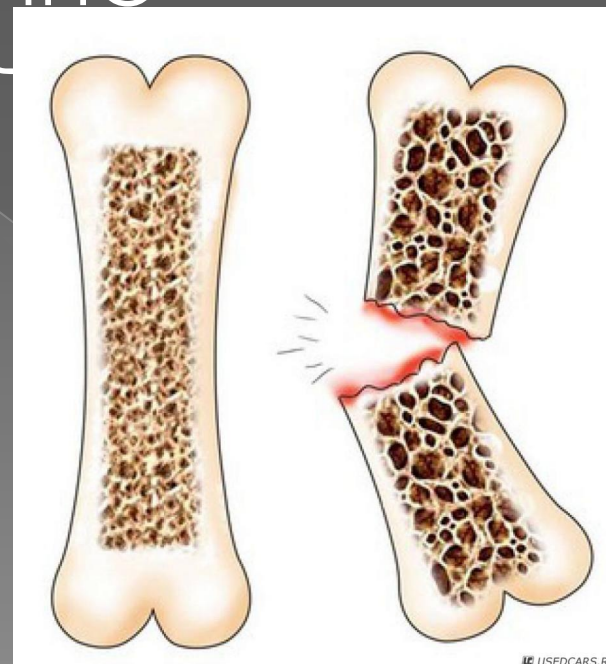
- НЕ ВЫПОЛНЯТЬ УПРАЖНЕНИЯ НА СНАРЯДАХ ИЛИ ПОДЪЕМАХ



- НЕ СТОЯТЬ БЛИЗКО К СНАРЯДУ ПРИ ВЫПОЛНЕНИЕ УПРАЖНЕНИЙ ДРУГИМИ УЧАЩИМИСЯ.
- ПРИ ВЫПОЛНЕНИИ УПРАЖНЕНИЙ ПОТОКОМ(ОДИН ЗА ДРУГИМ) СОБЛЮДАТЬ ДИСТАНЦИЮ ДЛЯ ТОГО ЧТОБЫ НЕ БЫЛО СТАЛКНОВЕНИЙ.

ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ В АВАРИЙНЫХ СИТУАЦИЯХ.

- ПРИ ПРОЯВЛЕНИЕ ПРИЗНАКОВ УТОМЛЕНИЯ, БОЛЕЙ В КОНЕЧНОСТЯХ, ПЕРИОДИЧЕСКИ ВОЗНИКАЮЩИХ БОЛЕЙ В ЭТОМ УЧ



ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИЮ ЗАНЯТИЙ.

- СНЯТЬ СПОРТИВНЫЙ КАСТЮМ, ВЫМЫТЬ РУКИ С МЫЛОМ.



**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ.**