

# 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.

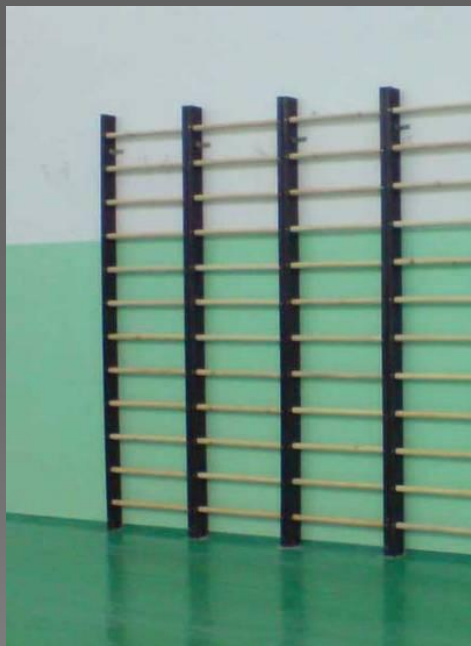


ЧЕТКО





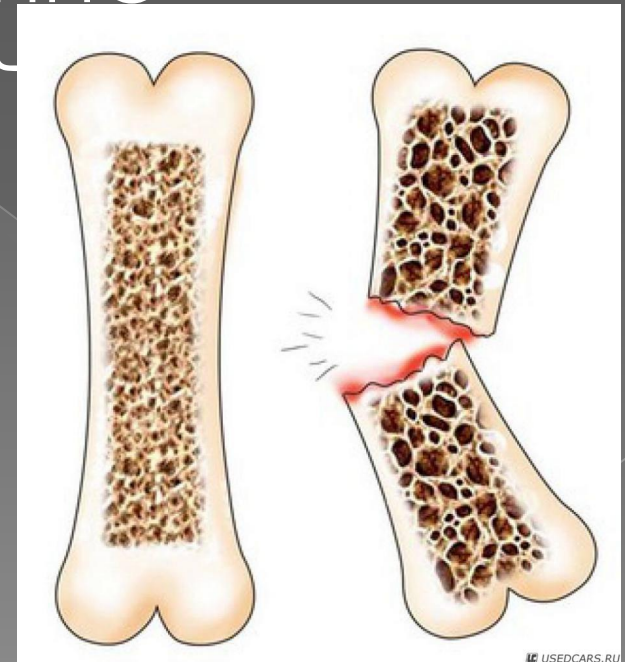
- НЕ ВЫПОЛНЯТЬ УПРАЖНЕНИЯ НА СНАРЯДАХ И ПОДЪЕМАХ



- 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.**