

Техника безопасности на уроках физической культуры

*Презентация
Морозовой Тамары Владимировны
учителя физической культуры
МБОУ СОШ №138*

На уроках физкультуры мы
изучаем
различные виды спорта



Много необычных движений



Все эти с виду простые движения
требуют внимания и соблюдения правил
техники безопасности.

- Какие травмы можно получить на уроке физической культуры?
- Каковы причины возникновения травм?
- Как предупредить возникновение травм?

ВЫВОД:

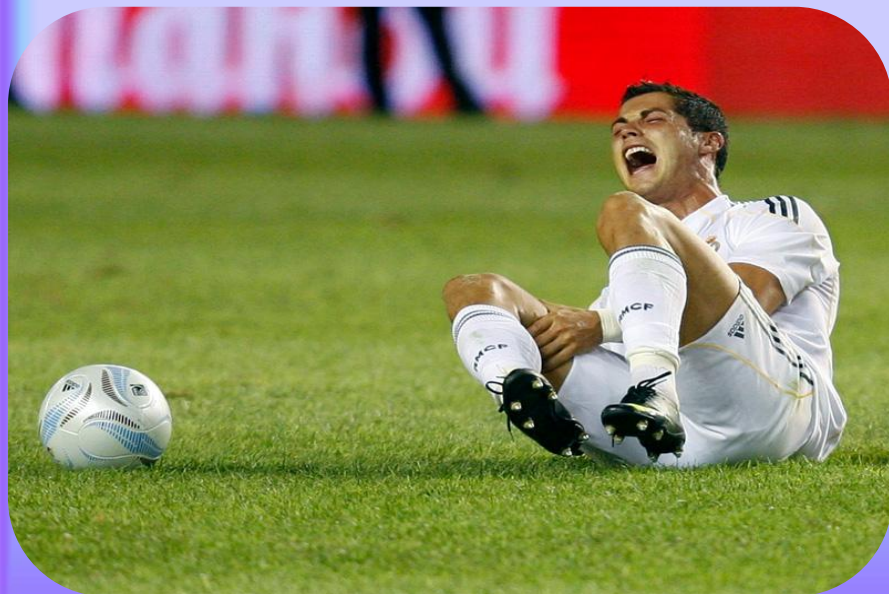
возникновению травматизма способствует нарушение обязательных правил техники безопасности на уроках физической культуры .

Почему мы получаем травмы
занимаясь физическими
упражнениями?

ДАВАЙТЕ РАЗБЕРЁМ, ЧТО ЖЕ ЭТО
ЗА ПРАВИЛА ?

- КАК ВЫ СЧИТАЕТЕ, НЕОБХОДИМ
ЛИ ИНСТРУКТАЖ УЧИТЕЛЯ В
НАЧАЛЕ УРОКА ?





Что же нужно знать, чтобы избежать травм?



Назови эти правила!



Проверь себя!

Правило № 1.

Внимательно слушать инструкции учителя. Делать только то, что задано. Начинать и заканчивать выполнение задания по команде учителя. Во время объяснения материала, не отвлекаться самому и не отвлекать товарищей!



Правило № 2

Урок начинается с построения. Зайдя в зал не виснуть на турниках, не прыгать на матах, соблюдать порядок и дисциплину. Построиться для начала урока, ознакомления с задачами и планами учителя.



Правило № 3

Для урока физкультуры необходима спортивная форма. Для занятий в спортивном зале это футболка, шорты и спортивная обувь. Для занятий на улице одежда должна состоять из футболки, спортивного костюма и кроссовок. В зимнее время она должна быть трёхслойной.



Правило № 4

При входе в спортивный зал не трогать электроприборы: выключатели света; вентиляция; магнитофон.



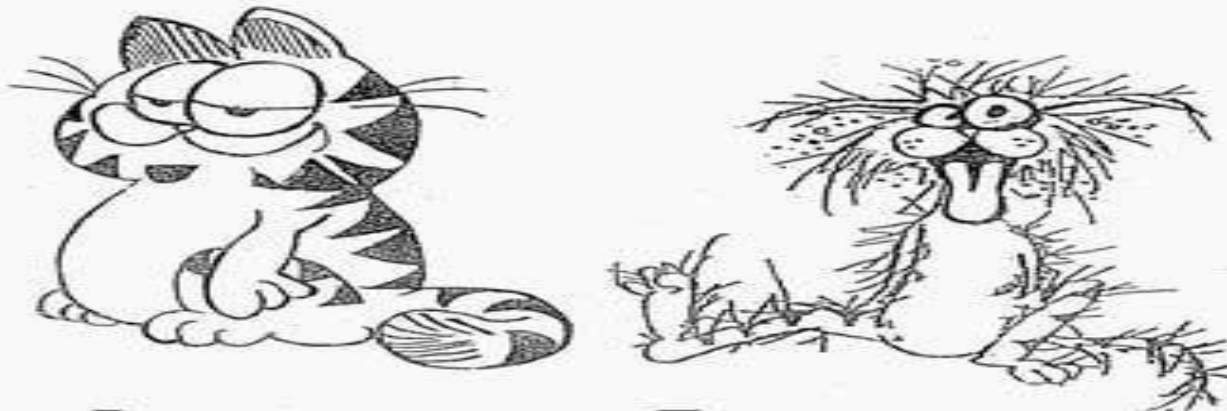
Правило № 5

Начиная занятие необходимо сделать разминку, чтобы подготовить организм к нагрузкам и не получить травму.



Что же нужно делать,
чтобы избежать травм?

- травмы нарушают нормальный ход учебного процесса,
- затрудняют усвоение учебного материала,
- отрицательно сказываются на успеваемости,
- препятствуют овладению двигательными навыками по программе физическая культура и наносят вред здоровью.



Пренебрегая этими правилами, каждый из вас ставит под угрозу свою жизнь и здоровье. Можно на всю оставшуюся жизнь лишиться себя радости движения и стать инвалидом, нарушив лишь однажды законы и правила, пренебрегать которыми просто опасно для жизни. Зная и соблюдая ТБ, вы сможете избежать многих неприятностей связанных с нарушением здоровья !!!

И поэтому: соблюдение техники безопасности способствуют уменьшению травматизма школьников, и вызывают интерес к занятиям физической культурой!!!



Занимайся спортом!

Ты сильный,
Ловкий и умелый,
Ты всех
Способен обогнать,
Ты тренированный
И смелый,
Любой рекорд
Ты можешь взять!

