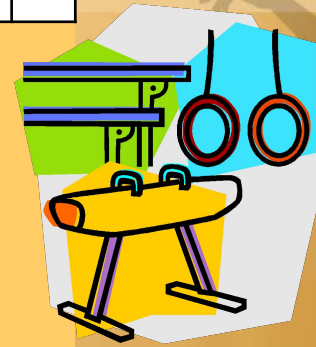
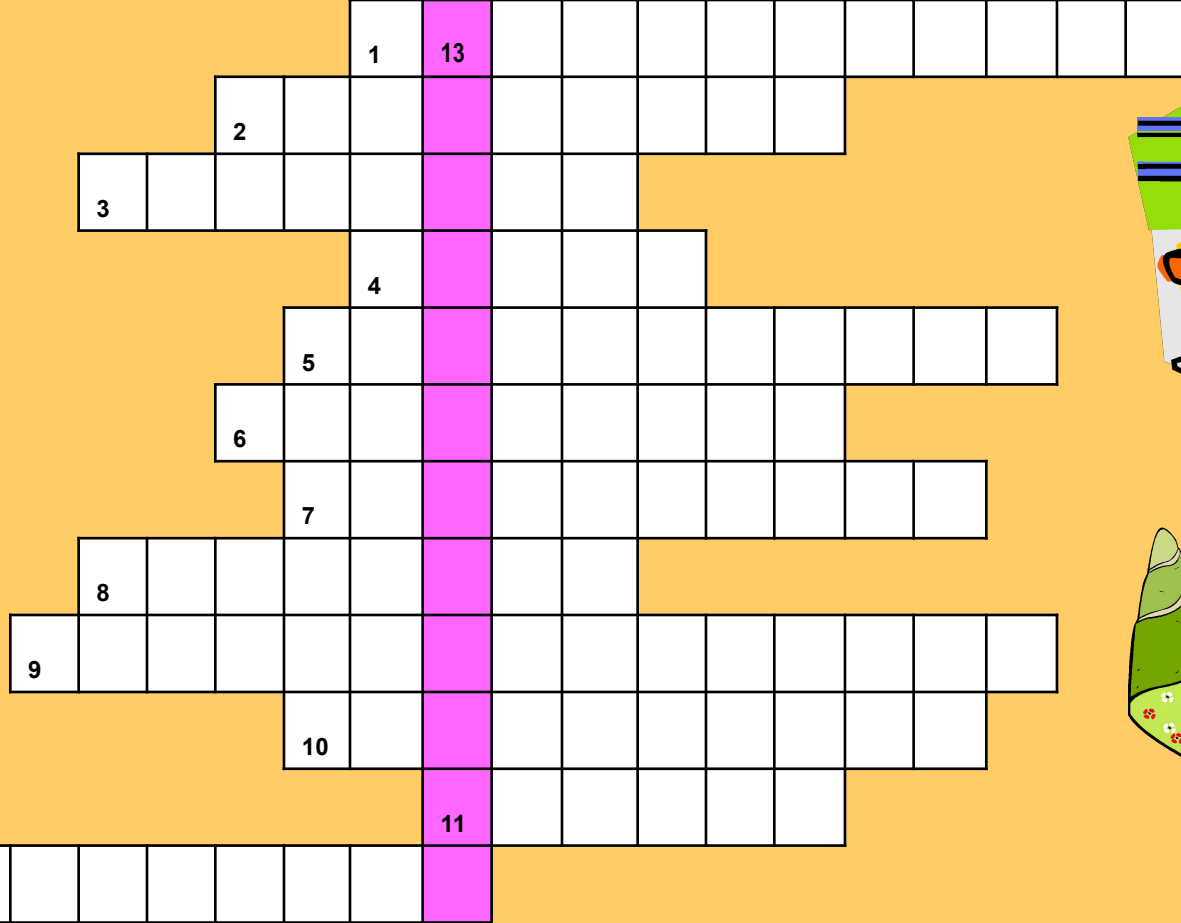


Зачёт - кроссворд

по теме

"Основные причины травматизма"



1. Приборы, аппараты и другие устройства, которыми оборудуют места проведения соревнований и тренировочных занятий.
2. Изделия, изготовленные для занятий спортом.
3. Воздействие на организм внешних факторов, вызывающее прибавочную функциональную активность (относительно покоя или др. исходного уровня) и определяющее степень преодолеваемых трудностей.
4. Одежда, предназначенная для спортивных занятий и соревнований.
5. Нарушение в организме функций сердечно-сосудистой, дыхательной, пищеварительной систем, опорно-двигательного аппарата, в ряде случаев психики вследствие снижения уровня усилий при двигательной активности.
6. Обеспечение безопасности при выполнении упражнений, осуществляемое тренером или товарищем по команде.
7. Беседа о правилах безопасности при проведении соревнований, занятий по разным видам спорта и туристических походов.
8. Подготовительная часть урока, тренировочного занятия; выполнение специальных упражнений для подготовки организма к предстоящей работе.
9. Состояние организма, определяющее уровень физической подготовленности спортсмена.
10. Нарушением норм и правил поведения во время урока, тренировки и соревнований.
11. Нарушение целостности и функционального состояния тканей и органов в ходе выполнения физических упражнений.
12. Периодическое комплексное медицинское обследование с целью определения состояния здоровья и уровня подготовленности спортсменов.

о б о р у д о в а н и е

и н в е н т а р ь

н а г р у з к а

ф о р м а

г и п о д и н а м и я

с т р а х о в к а

и н с т р у к т а ж

р а з м и н к а

т р е н и р о в а н н о с т ь

д и с ц и п л и н а

т р а в м а

к о н т р о л ь

Безопасность в спорте

это система мер предосторожности, направленная на предупреждение травматизма путем рациональной организации учебного и тренировочного процесса, качественной разминки, использования защитных средств, восстановительных мероприятий и повышения поведенческой культуры занимающихся.