

# **МЕРЫ ПРЕДОСТОРОЖНОСТИ ВО ВРЕМЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ**



**Презентация подготовлена  
студенткой группы 1ПСО12  
Паршиной Анастасией**

# ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

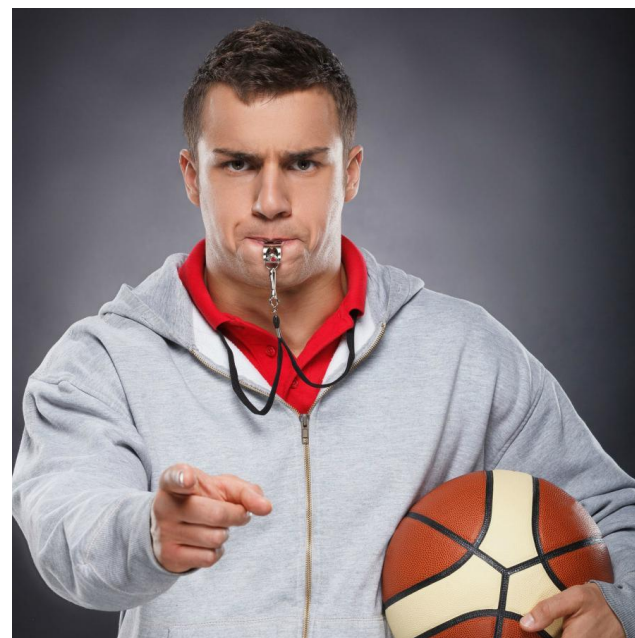
## Учащийся должен:

- иметь опрятную спортивную форму, (шорты, футболку, костюм), чистую спортивную обувь, исключаящую скольжение, плотно облегающую ногу;
- заходить в спортзал по звонку с учителем;
- после болезни предоставить учителю справку от врача;
- в случае освобождения от занятий после болезни присутствовать на уроке в спортивной одежде;
- бережно относиться к спортивному инвентарю и использовать его по назначению;
- знать и выполнять инструкцию по мерам безопасности.



# УЧАЩИМСЯ ЗАПРЕЩАЕТСЯ

- покидать место проведения занятия без разрешения учителя;
- толкаться, ставить подножки в строю и в движении;
- мешать и отвлекать при объяснении заданий и выполнении упражнений;
- резко изменять направление своего движения;
- жевать жевательную резинку.



# НЕСЧАСТНЫЕ СЛУЧАИ НА УРОКАХ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

**Травматизм на занятиях физической культуры - явление, не совместимое с оздоровительными целями физической культуры и спорта.**

В установленном законодательством РФ порядке школа несет ответственность за жизнь и здоровье учащихся. Работа по профилактике травматизма, заболеваний и несчастных случаев на занятиях физической культурой является одной из важнейших задач учителя, инструктора по физической культуре, администрации школы совместно с родителями учащихся.



# ПРИЧИНЫ СПОРТИВНОГО ТРАВМАТИЗМА

## **Причины методического характера:**

- Неправильные организация и методика проведения учебно-тренировочных занятий;
- Выполнение сложных, незнакомых упражнений;
- Занятие без разминки или недостаточной разминки;
- Отсутствие сосредоточенности и внимания у занимающихся.



# ПРИЧИНЫ СПОРТИВНОГО ТРАВМАТИЗМА

## **Причины организационного характера:**

- Отсутствие должной квалификации у учителя;
- Проведение занятия без преподавателя;
- Нарушение правил содержания мест занятий и условий безопасности;
- Неудовлетворительная воспитательная работа со спортсменами;
- Нарушение правил врачебного контроля;
- Неблагоприятные метеорологические условия.



# ПРОФИЛАКТИКА СПОРТИВНОГО ТРАВМАТИЗМА

- В нашей стране проводится много мероприятий по предупреждению травм при занятиях спортом и физической культурой.
- Борьба с детским травматизмом - обязательная составная часть работы школьного учителя или тренера - преподавателя по охране и укреплению здоровья школьников. Травматизм еще занимает значительное место в учебно-тренировочном процессе.
- Во все правила соревнований внесены пункты по охране здоровья спортсменов. Меры предупреждения травм преподаются в учебных заведениях.
- Несмотря на целый ряд мер, направленных на профилактику травматизма, несчастные случаи встречаются часто.
- Строгая дисциплина на занятиях должна быть законом. Недопустимо выполнение физических упражнений учениками при отсутствии учителя, тренера-преподавателя.
- Для сохранения здоровья, быстрого восстановления организма после перенесенной травмы большое значение имеет правильное и своевременное оказание первой доврачебной помощи. Каждый учитель, должен уметь определить характер травмы, знать ее признаки, а также хорошо владеть приемами оказания первой помощи.



# ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ И ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

## Учащийся должен:

- при получении травмы или ухудшения самочувствия прекратить занятия и поставить в известность учителя физкультуры;
- с помощью учителя оказать травмированному первую медицинскую помощь, вызвать врача;
- при возникновении пожара в спортзале немедленно прекратить занятие, организованно, под руководством учителя покинуть место проведения занятия через запасные выходы согласно плану эвакуации.





# ТРЕБОВАНИЯ БЕЗОПАСНОСТИ ПО ОКОНЧАНИИ ЗАНЯТИЙ

## Учащийся должен:

- под руководством учителя убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения занятия;
- переодеться в раздевалке;
- вымыть с мылом руки.



# **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

**Физкультура как учебная дисциплина, коллективные и индивидуальные физические нагрузки обладают важнейшим лечебным свойством, оздоравливающим организм, воспитывающим лучшие моральные и нравственные качества. Именно поэтому уроки физической культуры в школе и других учебных заведениях необходимы.**

