

Требования безопасности
при проведении

спортивно-массовых работ
и спортивных состязаний

“



”

Травмы при занятиях физической культурой и спортом возникают относительно редко, около 3 % к общему числу травм.

Возникновение повреждений при занятиях спортом, противоречит оздоровительным задачам системы российского физического воспитания

Классификация

причин возникновения спортивных травм:

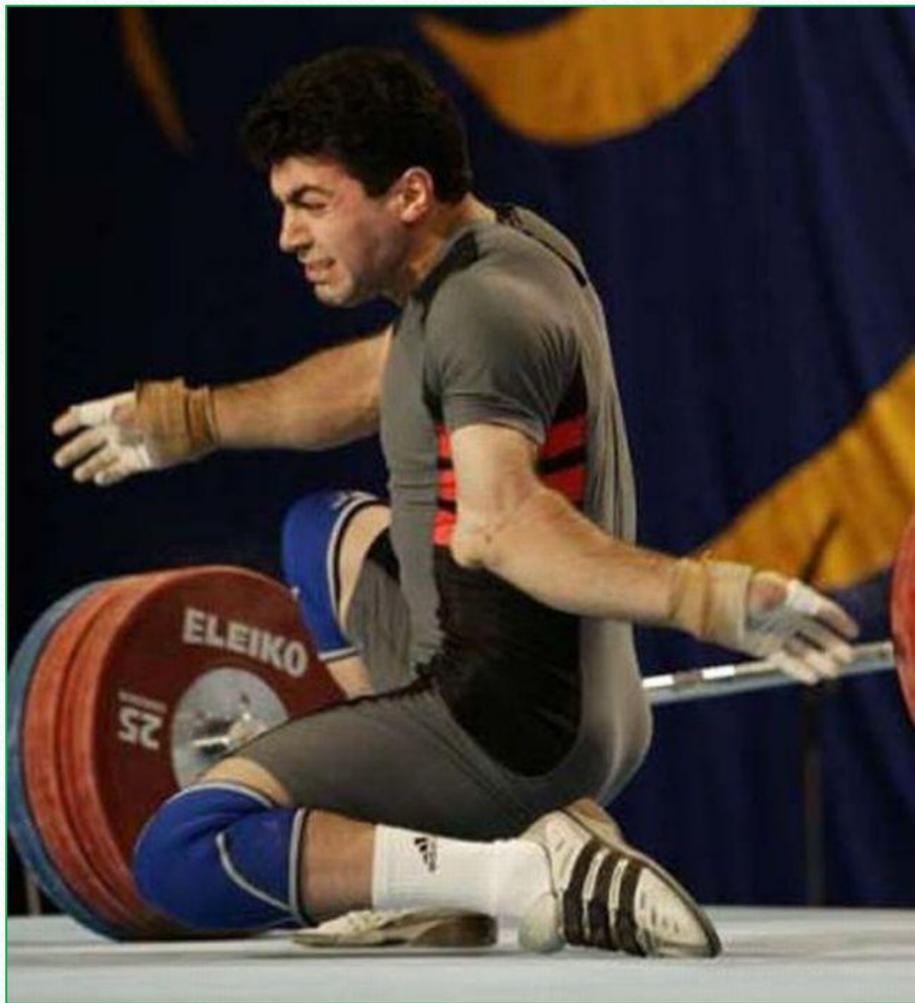
- 1) недочеты и ошибки в методике проведения занятий;

- 2) недочеты организации занятий и соревнований;
- 3) недостатки в материально-техническом обеспечении занятий и соревнований;
- 4) неблагоприятные метеорологические и санитарные условия при проведении тренировок и соревнований;
- 5) нарушение требований врачебного контроля;
- 6) недисциплинированность спортсменов.

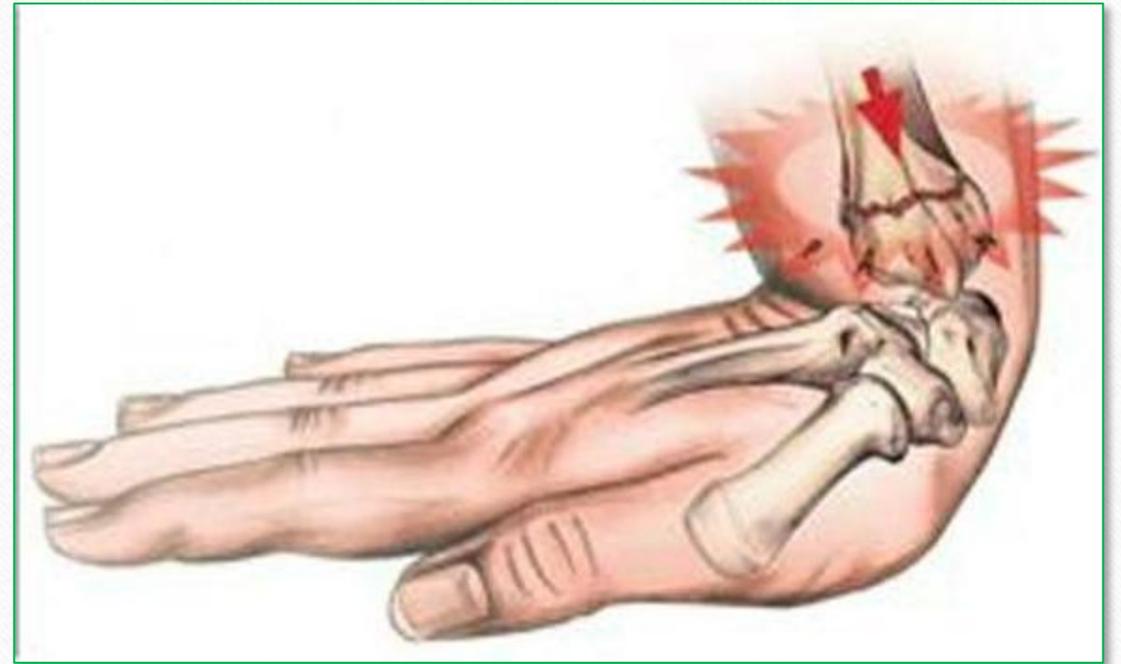
Повреждения в различных видах спорта



Гимнастика и атлетическая подготовка:



Гимнастика и атлетическая подготовка:



Φυτβολ:



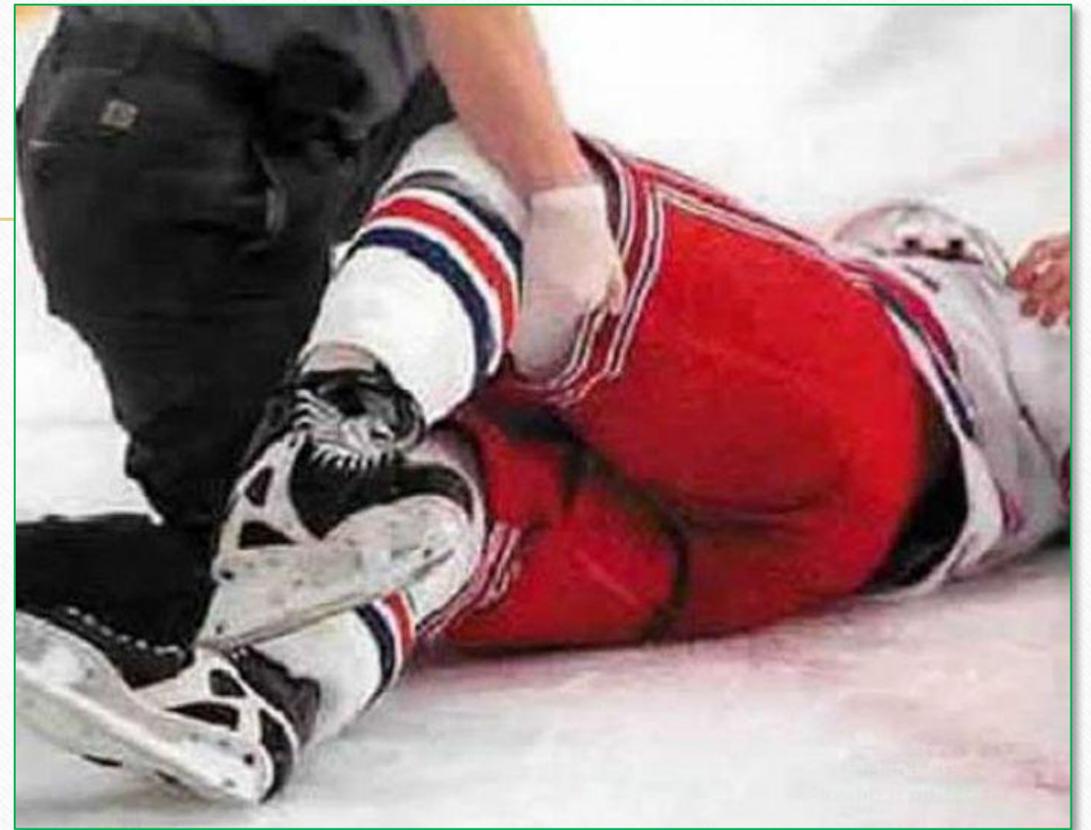
Рукопашный бой:



Рукопашный бой:



Хоккей:



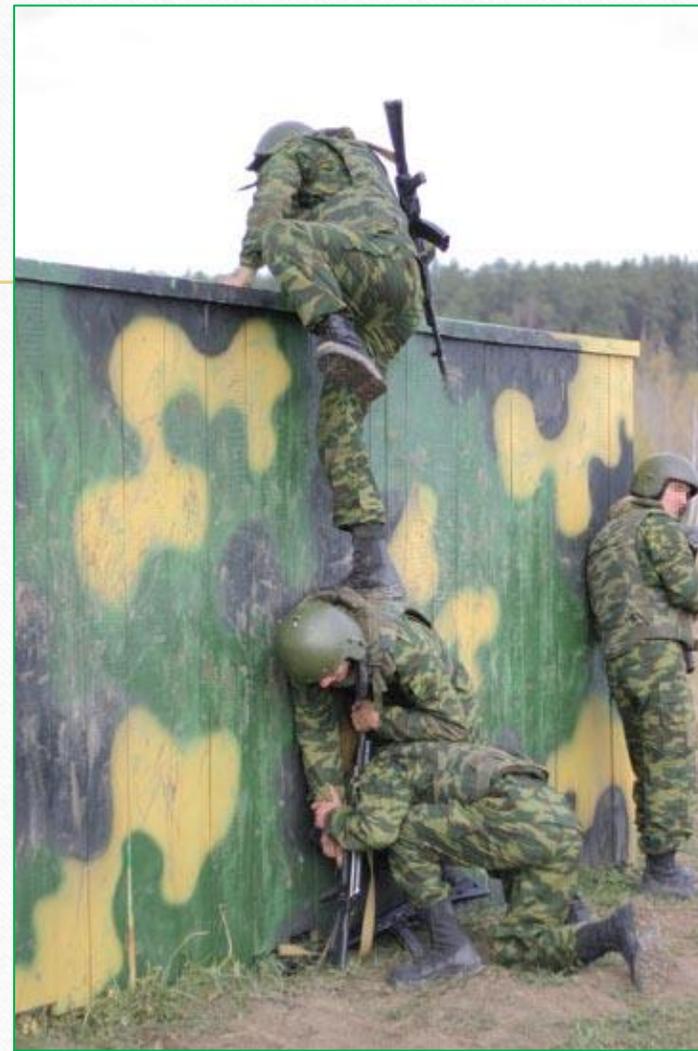
Лёгкая атлетика:



Лёгкая атлетика:



Преодоление препятствий:



Преодоление препятствий:



**Чтобы предупредить спортивные травмы,
необходимы следующие меры профилактики**

- **правильная методика тренировки,**

- **обеспечение хорошего состояния мест занятий, инвентаря, одежды, обуви,**
- **применение защитных приспособлений,**
- **регулярный врачебный контроль,**
- **выполнение гигиенических требований, повседневной воспитательной работы и т. п.**