Вводные положения техники безопасности на уроках физкультуры

http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngК занятиям по физической культуре допускаются только ученики, которые прошли инструктаж по технике безопасного поведения;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngНа уроках по физической культуре участвуют только ученики, которые имеют соответствующих уровень допуска из медицинского учреждения и предоставили преподавателю документ;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngУченики, имеющие полное либо частичное освобождение от занятий по физкультуре, должны присутствовать на уроке.  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngПосле болезни ученики обязаны предоставить преподавателю справку из медицинского учреждения;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngУчащиеся для занятий по физической культуре обязаны иметь при себе чистую спортивную обувь и спортивную форму, которые должны соответствовать месту проведения занятий. В случае если урок проводится на улице, спортивная одежда и обувь должна соответствовать текущим погодным условиям;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngНа занятиях физкультуры запрещено жевать жевательную резинку или употреблять пищу;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngПосле физической нагрузки ученикам нельзя пить холодную воду во избежание простудных заболеваний.



Техника безопасности на уроках физкультуры до начала занятий

http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngУченики должны переодеваться в специально отведенном для этих целей помещении – раздевалке. Мальчики и девочки должны переодеваться в раздельных помещениях. На занятие ученик должен выходить в спортивной форме и обуви;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngПеред уроком необходимо снять с себя и убрать из карманов все предметы, которые могут представлять собой опасность при занятиях физкультурой – браслеты, перстни, часы и так далее.;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngС разрешения учителя школьники могут приходить на место проведения урока;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngПеред уроком физкультуры с разрешения преподавателя ученики могут аккуратно подготовить спортивный инвентарь;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngУслышав команду, ученики должны встать в строй для начала проведения урока физкультуры.

Инструкция по технике безопасности на уроках физкультуры во время занятий

http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngНеобходимо внимательно слушать и неукоснительно выполнять инструкции учителя по технике безопасности на уроках физкультуры;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngВыполнять упражнения и брать спортинвентарь можно только после соответствующего разрешения преподавателя;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngВыполняя групповой забег на короткую дистанцию, бежать только по свой дорожке;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngПри забеге для минимизации риска падения и столкновения после пересечения финишной черты школьник не должен резко останавливаться;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngНельзя выполнять прыжки на рыхлом, скользком или неровном грунте, также нельзя приземляться после прыжка на руки;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngПеред выполнение упражнений метания необходимо удостоверится в отсутствии в секторе броска людей или посторонних предметов. Также нельзя стоять справа вблизи от метающего, находится в зоне броска во время упражнения и ходить за снарядами без разрешения преподавателя;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngВо время упражнений выполнять соответствующие правила техники безопасности: соблюдать дистанцию, избегать несанкционированных падений, столкновений и так далее;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngУченикам запрещено несанкционированно менять траекторию движения, делать опасные движения или броски предметов, выполнять упражнения на брусьях и перекладине с влажными ладонями, баловаться и мешать проведению занятия;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngПри ухудшении самочувствия или получении травмы школьник обязан немедленно прекратить занятие физическими упражнениями и сообщить об этом преподавателю.

Техника безопасности на уроках физической культуры после занятий

http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngПри необходимости и с разрешения преподавателя ученики убирают спортивный инвентарь;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngУченики после разрешения учителя по физкультуре организованно и спокойно покидают место спортивных занятий и идут в раздевалку;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngУчащиеся переодеваются в школьную одежду и обувь;  
http://www.school-2035.ru/book/photo1/index.pngШкольники хорошо моют с мылом руки и умываются.