



Техника безопасности на уроках физической культуры для старших дошкольников





Цели и задачи

1. **Усвоение воспитанниками техники безопасности на занятиях по физической культуре.**
2. **Научить соблюдать технику безопасности на занятиях физической культуры.**
3. **Воспитывать сознательное и бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих.**
4. **Воспитывать чувства взаимопомощи и коллективизма.**





Общие требования безопасности

Воспитанник должен:

- ✓ иметь опрятную спортивную форму, (шорты, футболку, костюм), чистую спортивную обувь, исключающую скольжение, плотно облегающую ногу;
- ✓ заходить в спортзал с инструктором по физической культуре;





Общие требования безопасности

Воспитанник должен:

- ✓ 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.





Требования безопасности перед началом занятий

- ✓ Надеть на себя спортивную форму и обувь.
- ✓ Снять с себя предметы, представляющие опасность (серьги, часы, браслеты и т.д.).
- ✓ Убрать из карманов спортивной формы колющие предметы и мобильные телефоны.
- ✓ По команде инструктора встать в строй.





Требования безопасности во время занятий

Будь внимателен:



✓ внимательно слушать и чётко выполнять задания;

✓ брать спортивный инвентарь и выполнять упражнения с разрешения;

✓ во время передвижений смотреть вперёд, соблюдать достаточные интервал и дистанцию, избегать столкновений.





Требования безопасности во время занятий

Нельзя:

- ✓ покидать место проведения занятия без разрешения;
- ✓ 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.

