

Техника безопасности при проведении спортивных игр

На спортивных тренировках главным является соблюдение безопасности. Задачей любого тренера – преподавателя, который занимается физическими упражнениями с обучающимися, является развитие физического здоровья детей при котором следует не допускать ушибов, травм и плохого самочувствия юного спортсмена. Чтобы этого не произошло имеются правила по технике безопасности, которые каждый тренер – преподаватель должен строго требовать от обучающихся и сам соблюдать.

Правила соблюдения техники безопасности

1. Допуск к занятиям

Каждая группа обучающихся до начало учебного года перед спортивными занятиями должна проходить медицинский осмотр. В начале учебного года юные спортсмены должны прийти со справкой от врача о разрешении на спортивные занятия, чтобы посещать секции. Все данные вносятся в журнал, в личные карточки обучающихся с пометками о прохождении медицинского осмотра, и только после этого могут приступать к физическом нагрузкам в спортивной школе.

2. Форменная одежда

Одежда юного спортсмена должна соответствовать виду его спортивного занятия, каждый вид спорта отличается, и к любого виду спорта существует определенная форма одежды:

- занятия в спортивном зале и игровые виды спорта летом (полукеды, кроссовки, кеды, спортивный костюм, маечки);

- спортивные игры зимой на открытом воздухе (шерстяные носки или хлопчатобумажные, теплое нижнее белье, утепленные спортивные костюмы и свитера, теплые шапки, перчатки);

- в каждом виде спорта существуют определенные защитные средства (шлемы, наколотники, нагрудники и многое другое)

3. Определенные места для занятий

Спортивные занятия должны проходить не на дорогах, а вдали, или место занятий должно быть огорожено, например спортивная площадка.

Покрытие травяное. Также занятия могут проходить на асфальте. Спортивные площадки зимой должны очищаться от снега. В спортивном



зале убираются все спортивные снаряды, маты, чтобы не мешало занятиям, например, по футболу.

Заниматься юным спортсменам в отсутствие тренера – преподавателя категорически запрещается.

Все спортивные занятия должны проходить в убранных, без бугров, а также не должно быть каких то лишних предметов.

4. Вводный инструктаж технике безопасности

Перед любым занятием каждый тренер – преподаватель проводит вводный инструктаж по технике безопасности. Каждый юный спортсмен прослушивает инструктаж и расписывается в журнале по технике безопасности.

5. Режим температурный

В спортивном зале проводится проветривание помещения на 10 минут через час в отсутствие занимающихся.

В спортивном зале температура воздуха должна быть приблизительно -14 градусов. Занятия зимой на открытом воздухе проводятся в хорошую погоду, без ветра.

6. Инвентарь при спортивных занятиях

Инвентарь, который применяется при занятиях должен проверяться перед каждым занятием, чтобы был исправен. На каждом виде спорта свой инвентарь, который применяется на секциях.

7. Требования гигиенические

Все занимающиеся должны быть в чистой спортивной одежде и сам чистый обучающийся. В голове запрещено носить на занятиях шпильки, гребенки. В карманах не должно ничего находиться.





Документ подписан и передан через оператора ЭДО АО «ПФ «СКБ Контур»

Владелец сертификата: организация, сотрудник

Сертификат: серийный номер, период действия

Дата и время подписания

Подписи отправителя:



МБОУ ДО "ДЮСШ", МБОУ ДО "ДЕТСКО-ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА"
Бляхер Дмитрий Анатольевич, Директор

02E885EB0042AD5C92431D1B31869A8693
с 09.06.2021 17:12 по 09.06.2022 16:47
GMT+03:00

14.01.2022 10:58 GMT+03:00

Подпись соответствует файлу документа