



Вводный инструктаж по правилам поведения и технике безопасности на уроках физической культуры

1 класс

Подготовила:
учитель физической культуры,
Мограбян К.В.



1. К урокам физической культуры допускаются только те учащиеся, которые прошли инструктаж по технике безопасности.





2. К урокам физической культуры допускаются учащиеся, которых к урокам допустил врач





3. Учащиеся обязаны иметь на уроках спортивную форму и чистую спортивную обувь. Спортивная форма должна соответствовать температуре в спортивном зале и погодным условиям (при занятиях на улице).





**4. Учащиеся переодеваются в
приёмной своего класса.**

**Переодеваться надо быстро, не
мешая своим одноклассникам.**



5. В спортивной раздевалке



запрещается вставать на подоконники, открывать окна, вставать на скамейки, мусорить, грубо вести себя по отношению к другим учащимся. В случае возникновения конфликтной ситуации учащиеся должны сообщить об этом учителю.



**6. Освобожденные от занятий
учащиеся должны присутствовать
на уроке с классом.**

**Освобождёнными считаются те
дети, которых от занятий
освободил врач и выписал
справку,
которую необходимо
отдать своему учителю**



7. Со звонком на урок

учащиеся должны быть готов к началу урока. Стоять в одну колонну друг за другом. По дороге в спортзал

должны соблюдать дисциплину!





8. На уроках физкультуры

запрещается жевать

жевательную резинку, кушать

конфеты и

прочие сладости.



9. Учащиеся не должны мешать учителю проводить урок и перебивать, так же нельзя мешать другим учащимся выполнять упражнения на уроке.





10. Учащиеся обязаны вести себя корректно по отношению к другим учащимся (не смеяться друг над другом, не подшучивать, не обзывать!).



В случае возникновения конфликтной ситуации между учащимися немедленно обратиться к учителю.

11. На уроках учащиеся
обязаны выполнять только те
упражнения, которые
разрешил выполнять учитель.



12. Во время самостоятельного выполнения упражнений (учебная игра, соревнования и проч.) учащиеся должны учитывать свой уровень физической подготовленности, состояние здоровья и место проведения занятий





13. Во время выполнения упражнений с мячами (теннисный, волейбольный, баскетбольный, футбольный, набивной) учащийся обязан контролировать падение мяча, чтобы не попасть и не травмировать своих одноклассников.





14. Во время проведения

подвижных и спортивных игр

учащиеся обязаны вести себя

аккуратно по отношению к

другим игрокам, соблюдать

правила игры и не подводить

свою

команду.



**15. Запрещается выполнение
любых упражнений на
перекладине и шведских
стенках без разрешения
учителя!!!**



16. При обнаружении поломок
или каких-либо не
исправностей спортивного
оборудования или инвентаря
немедленно сообщать об этом
учителю!!!



17. В случае плохого самочувствия на уроке учащийся должен незамедлительно сообщить об этом учителю физкультуры. Он также обязан проинформировать учителя о травме или плохом самочувствии, которые проявились после урока физкультуры.



Соблюдайте правила
безопасности.
Будьте здоровы!





Тестирование:

Что нужно делать, если на площадке лежит мяч?

- 1. Ударить ногой.**
- 2. Поиграть с мячом.**
- 3. Убрать мяч с площадки.**
- 4. Отдать мяч учителю.**

Когда можно спрыгивать с лестницы?

- 1.Когда нет людей рядом.**
- 2.Когда захочется.**
- 3. Никогда.**

Что нельзя делать в строю?

- 1. Разговаривать.**
- 2.Жевать жвачку.**
- 3.Щипать соседа.**
- 4. Наступать на пятки.**
- 5. Дышать.**





Когда можно заходить в зал?

- 1.Когда открыта дверь.**
- 2.Когда есть учитель.**
- 3.Когда разрешил учитель зайти в зал.**

Когда можно играть в мяч?

- 1.Когда зал открыт.**
- 2.Когда в зале есть мяч.**
- 3.Когда учитель разрешил взять мяч.**

