



ПРАВИЛА безопасности при занятиях подвижными играми



Игрок должен:

- иметь спортивную форму;
- соблюдать правила игры и не нарушать их;
- начинать игру только по сигналу педагога;
- водящие должны слегка касаться рукой убегающих, не хватать и не толкать их в спину, не ставить подножек;
- пойманные – осаленные игроки, которые обязаны выйти из игры, согласно правилам, должны осторожно, не мешая другим, покинуть игровую площадку и сесть на скамейку.

Требования безопасности во время игр

Игры с догонялками

Убегающие должны:

- смотреть в направлении своего движения;
- исключать резкие стопорящие остановки;
- во избежание столкновения с другими играющими замедлить скорость своего бега и остановиться;
- убегая от водящего, нельзя толкать в спину впереди бегущих, забегать на скамейки.

Игры с перебежками

- пропустите вперед бегущих быстрее вас;
- не изменяйте резко направление своего движения;
- не выбегайте за пределы игровой площадки;
- заблаговременно замедляйте бег при пересечении линии «дома»;
- не останавливайте себя, упираясь руками или ногой в стену.

Игры с мячом

- не бросайте мяч в голову играющих;
- соизмеряйте силу броска мячом в игроков в зависимости от расстояния до них;
- следите за перемещением игроков и мяча на площадке;
- не мешайте овладеть мячом игроку, который находится ближе к нему;
- не вырывайте мяч у игрока, первым овладевшим им;
- не падайте и не ложитесь на полы, когда хотите увернуться от мяча;
- ловите мяч захватом, двумя руками снизу.

Эстафеты

- не начинайте эстафету без сигнала педагога;
- выполняйте эстафету по своей дорожке;
- если ваш инвентарь оказался на полосе другой команды, осторожно заберите его, вернитесь на свою дорожку и продолжайте выполнять задание;
- не выбегайте преждевременно из строя, пока ваш игрок не закончил выполнять задание и не передал вам эстафету касанием руки;
- после передачи эстафеты ребенок должен встать в конец своей команды;
- во время эстафеты не выходите из своего строя, не садитесь и не ложитесь на пол.

1. Требования безопасности при несчастных случаях и экстремальных ситуациях.

Воспитанник должен:

- при получении травмы или ухудшении самочувствия прекратить занятия и поставить в известность педагога;
- с помощью педагога оказать травмированному первую медицинскую помощь, при необходимости доставить его в больницу или вызвать скорую помощь.

2. Требования безопасности по окончании игр.

Воспитанник должен:

- под руководством педагога убрать спортивный инвентарь в места его хранения;
- организованно покинуть место проведения игр;
- переодеться - снять спортивный костюм и спортивную обувь;
- вымыть с мылом руки.