



# ТЕХНИКА БЕЗОПАСНОСТИ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ НА ЗАНЯТИЯХ по баскетболу.

Презентация подготовлена  
Астапенко Любовь Александровна

# Общие требования безопасности

- ✓ К занятиям по баскетболу допускаются учащиеся, прошедшие медицинский осмотр и инструктаж по технике безопасности.
- ✓ Опасность возникновения травм:
  - при падении на твердом покрытии;
  - при ударе мячом;
  - при столкновениях;
  - при наличии посторонних предметов на площадке и вблизи;
- ✓ У тренера-учителя должна быть аптечка, укомплектованная необходимыми медикаментами и перевязочными средствами для оказания первой помощи пострадавшим.
- ✓ Занимающиеся должны быть в спортивной форме, предусмотренной правилами игры.
- ✓ Занятия должны проходить на сухой площадке или сухом полу.



# Требования безопасности перед началом занятий

- ✓ Надеть спортивную форму и обувь с нескользкой подошвой.
- ✓ Тщательно проверить отсутствие посторонних предметов на площадке и вблизи.
- ✓ Провести физическую разминку всех групп мышц
- ✓ Внимательно прослушать инструктаж по ТБ при игре в баскетбол.
- ✓ Коротко остричь ногти, снять все украшения (кольца, перстни, цепочки, браслеты, серьги, часы и т.д.)
- ✓ Очки должны закрепляться резинкой и иметь роговую оправу.





# Требования безопасности во время занятий

- ✓ Во время занятий вблизи площадки не должно быть посторонних лиц.
- ✓ При выполнении прыжков, столкновениях и падениях игрок должен уметь применять приёмы само страховки.
- ✓ Соблюдать игровую дисциплину, особенно во время обучающих тренировок.
- ✓ Не вести игру влажными руками.
- ✓ При температуре воздуха +10 град. одевать спортивный костюм.
- ✓ Пользоваться защитными приспособлениями (наколенниками, налокотниками и др.)



# Требования безопасности в аварийных ситуациях

- ✓ При плохом самочувствии прекратить занятия и сообщить об этом учителю – тренеру.
- ✓ При получении травмы немедленно сообщить о случившемся тренеру.
- ✓ Все занимающиеся должны знать о профилактике спортивных травм и уметь оказывать первую доврачебную помощь.





# Требования безопасности по окончании занятий

- ✓ Убрать спортивный инвентарь в места для его хранения.
- ✓ Снять спортивную форму и спортивную обувь.
- ✓ Принять душ или тщательно вымыть лицо и руки с мылом.
- ✓ О всех недостатках, отмеченных во время занятия-игры, сообщить учителю-тренеру.

