



## Правила поведения на уроках физкультуры в спортивном зале.

1. Спортзал учащиеся посещают по расписанию уроков физической культуры и спортивных секций.
2. Занимающиеся должны быть в спортивной форме, удобной для занятий.
3. Обувь должна быть на резиновой подошве.
4. На занятиях соблюдать правила безопасности по изучаемому разделу школьной программы.
5. Без разрешения учителя спортивный инвентарь брать не разрешается.
6. Категорически запрещается выполнять упражнения на снарядах без учителя.
7. При выполнении упражнений на снарядах уметь использовать приёмы страховки и само страховки.
8. Перед занятиями следует снимать часы, серьги, кольца и другие металлические предметы.
9. Соблюдать санитарно-гигиенические нормы спортзала, спортивного инвентаря, спортивных раздевалок, спортивной формы. Категорически запрещается портить школьное имущество.
10. После занятий организованно одеться и уйти, сохранив чистоту и порядок.
11. Освобождённым доложить учителю о причине освобождения. Присутствовать на уроке обязательно.

Уважаемые родители! Освободить от урока физкультуры может только врач или школьная медсестра.

Допускается освобождение по записке от родителей только на один урок.