

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ В СПОРТЗАЛЕ

В спортивном зале и спортплощадке очень важно соблюдать правила поведения, чтобы исключить возможность травмирования!

Запомни, что необходимо и что запрещено делать во время занятий физкультурой!

НЕОБХОДИМО:

1. Заниматься в спортивной форме и обуви; приходить на занятия с коротко остриженными ногтями.
2. Входить в зал в присутствии учителя.
3. Все упражнения выполнять только по команде учителя.
4. При выполнении упражнений по очереди, строго соблюдать очередность. Приступать к упражнению когда товарищ освободит место для его выполнения.
5. Во время игр соблюдать дисциплину, выполнять указания судьи, преподавателя.
6. Выходить из зала во время занятий только с разрешения учителя.

ЗАПРЕЩЕНО:

1. После урона физкультуры ходить в спортивной форме и обуви. Необходимо переодеваться.
2. Оставлять на руках часы и браслеты, украшения на шее и серьги в ушах.
3. Устанавливать и переносить снаряды в зале без разрешения учителя.
4. Заниматься на снарядах без учителя или без тренера.
5. Бросать друг в друга тяжелые предметы, мячи и камни.
6. Ставить подножки, толкаться, отвлекать товарищей во время выполнения упражнений.

