

Правила поведения в СПОРТИВНОМ ЗАЛЕ

В спортивном зале очень важно соблюдать правила поведения, что не получить травму самому и не травмировать своих товарищей. Запомни, что нужно и что нельзя делать во время занятий физкультурой!

ЗАПРЕЩАЕТСЯ

- ✚ После занятий физической культурой ходить в спортивной форме. Нужно переодеваться.
- ✚ Оставлять на руках часы и браслеты, в ушах серьги, другие украшения.
- ✚ Устанавливать и переносить спортивный инвентарь без разрешения инструктора.
- ✚ Ставить подножки, толкаться и отвлекать детей во время выполнения упражнений.

НЕОБХОДИМО

- ✚ Заниматься в спортивной одежде, обуви.
- ✚ Ногти должны быть коротко острижены.
- ✚ Входить в спортивный зал в присутствии инструктора или воспитателя.
- ✚ Выполнять упражнения по команде.
- ✚ При выполнении упражнений по очереди строго соблюдать очередность, начинать выполнение, когда товарищ освободит место для выполнения упражнения.
- ✚ Выполнять указания инструктора во время игр.