

ПОЛОЖЕНИЕ

о спортивной форме для занятий на уроках физической культуры в МБОУ СОШ №26 г. Кирова

Требования к спортивной форме учащихся для занятий на уроках физкультуры и в школьных спортивных секциях и кружках устанавливаются в соответствии с санитарно-гигиеническими нормами и правилами, требованиями техники безопасности при организации и проведении занятий физкультуры.

Спортивная форма должна быть легкой, удобной, не стеснять движений, обеспечивать и поддерживать оптимальное тепловое равновесие организма во время занятий физическими упражнениями и спортом. Она должна хорошо впитывать пот и пропускать воздух, а во время занятий зимними видами спорта обладать высокими теплозащитными и ветрозащитными свойствами.

Для занятий на уроках физической культуры необходимо использовать одежду и обувь, изготавливаемую из хлопчатобумажных и других натуральных материалов, которые хорошо впитывают пот, не раздражают кожу и способствуют выделению избыточного тепла. Синтетическую одежду рекомендуется применять лишь для защиты от ветра, дождя, снега и т.п.

Спортивная обувь должна быть удобной, легкой, прочной, мягкой и эластичной. Должна иметь хорошую водоупорность и вентилируемость, должна соответствовать климатическим и погодным условиям и особенностям занятий различными видами физических упражнений.

Для занятий на уроках физкультуры учащиеся обязаны иметь опрятную спортивную форму и чистую спортивную обувь. Спортивная форма должна соответствовать температурному режиму в спортивном зале, погодным условиям (при занятиях на улице), виду деятельности на уроке согласно требованиям техники безопасности.

Спортивная форма для уроков физической культуры и занятий в спортивных кружках и секциях должна быть следующей:

- для занятий в зале: короткая форма (однотонная футболка с коротким рукавом (спортивная майка), спортивные шорты, носки, кроссовки или кеды);

- для занятий на улице: в зависимости от погодных условий короткая или длинная (футболка с длинным или коротким рукавом, спортивные брюки или спортивный костюм, носки, кроссовки или кеды); спортивные шорты (брюки), должны быть на резинке без пуговиц и накладных карманов.

- для занятий лыжной подготовкой: лыжный костюм или куртка и тёплые спортивные штаны, тёплое нижнее бельё, спортивная шапочка, рукавицы.

Спортивная обувь должна:

- иметь толстую упругую подошву (но не платформу), либо специальную стельку и быть без каблука.
- подошва должна быть изготовлена из материала, обеспечивающего надежное сцепление с поверхностью, на которой проводится занятие и не оставляющего чёрных полос на полу;
- быть выполнена из прочной мягкой ткани;
- быть на шнурках или на застежках «липучка» (первым следует отдавать предпочтение);
- быть по размеру.

Не допускается использовать в качестве спортивной одежды и спортивной обуви:

- топики, кофты, рубашки и свитера, цветные трусы, не спортивные и джинсовые шорты, джинсы, колготки, чулки, бриджи, водолазки, повседневную школьную и домашнюю одежду, футболки с надписями политического и развлекательного характера;
- мокасины, туфли женские и мужские, сандалии, чешки (если не предусмотрено видом деятельности), спортивные кроссовки с чёрной подошвой, оставляющей след на полу, с подошвой на платформе и с не сгибающейся подошвой.

Наличие соответствующей спортивной формы обеспечивает эффективную учебную и спортивную деятельность и предупреждение травматизма при проведении уроков и занятий спортивных кружков и секций.

Несоблюдение обучающимися требований данного Положения **является нарушением правил** поведения для обучающихся во время занятий в спортивном зале, охраны труда и техники безопасности во время занятий физической культурой.

Учащиеся, не имеющие соответствующей спортивной формы для урока физической культуры **к занятиям не допускаются**. Отсутствие спортивной формы на уроке физической культуры расценивается как неготовность учащегося к уроку без уважительной причины и **оценивается** **неудовлетворительной оценкой**.