

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Немчиновский лицей**

ПРИНЯТО
на заседании Педагогического совета
(протокол № 5 от 08.04.2025 г.)

СОГЛАСОВАНО
Совет родителей
(протокол №4 от 15.04.2025г.)

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора _____ Бойко О.М.
(приказ №137 от 17.04.2025 г.)



ПОЛОЖЕНИЕ

**о посещении занятий по физической культуре
и правилах выставления оценок**

**Требования к спортивной форме для обучающихся
МБОУ Немчиновского лицея**

Р.п. Новоивановское, Московская область
2025 год

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 занятий на уроках подразделяется на два вида: короткую и длинную.

Короткая форма состоит из спортивных трусов (шорт) и футболки (майки) с коротким или длинным рукавом, которая должна быть заправлена. Наличие короткой формы обязательно:

- при занятиях в спортивном зале и на улице при температуре $+16^{\circ}\text{C}$ и выше;
- во время спортивных соревнований в любую погоду.

Длинная форма состоит из спортивного костюма. В зависимости от погодных условий при занятиях на улице дополнительно надеваются:

- спортивная шапочка (в жаркую погоду - легкий головной убор с козырьком);
- зимой варежки;
- ветрозащитный или утепленный костюм (зимой - легкая болоньевая куртка).

Спортивная форма должна соответствовать следующим требованиям:

- быть легкой и удобной, не стесняющей движений;
- быть достаточно воздухопроницаемой, не препятствовать вентиляции;
- хорошо впитывать пот, и не препятствовать его испарению с поверхности одежды и тела;

- иметь длину, позволяющую свободно выполнять разнообразные упражнения и даже при сильном наклоне куртка и брюки (трусы и майка) должны перекрывать друг друга;

- быть чистой и опрятной;

- футболка должна быть красного цвета;

- спортивные шорты (брюки), должны быть на резинке без пуговиц и накладных карманов, темно-синего, черного цвета.

Спортивная обувь должна:

- иметь толстую упругую подошву (но не платформу), либо специальную стельку и быть без каблука. Подошва должна быть изготовлена из светлого материала, обеспечивающего надежное сцепление с поверхностью, на которой проводится занятие и не оставляющего чёрных полос на полу;

- быть выполнена из прочной мягкой ткани;

- иметь супинатор;

- быть на шнурках или на застежках «липучка» (первым следует отдавать предпочтение);

- быть не тесной и невеликой.

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.

Наличие на занятиях формы установленного образца дисциплинирует обучающихся, способствует закаливанию организма, сохранению здоровья.

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.

Ответственность обучающихся за отсутствие спортивной формы на уроках физической культуры

За невыполнение практических заданий, нормативов, и других видов деятельности, предусмотренных КТП и связанных с физической нагрузкой, по причине нарушения техники безопасности (отсутствие спортивной формы

установленного образца) учитель имеет право поставить неудовлетворительную оценку.

Уважительной причиной для непосещения урока физической культуры является справка о состоянии здоровья, выданная медицинским учреждением, либо заявление от родителя/законного представителя. Заявление от родителя/законного представителя об освобождении по состоянию здоровья дает право не посещать занятие по физической культуре не более одного раза.

В случае освобождения от занятий физической культурой обучающийся выполняет письменное или устное задание.

Триместровая оценка по физической культуре выставляется только по результатам сдачи нормативов и практических занятий, предусмотренных рабочей программой, согласно особенностям оценки результатов деятельности учащихся по учебному предмету «физическая культура», утвержденных в основной образовательной программе НОО, ООО, СОО.

Выставление триместровых оценок по физической культуре по результатам выполнения письменных и устных заданий возможно только при наличии справки из медицинского учреждения, подтверждающей освобождение от физической нагрузки по состоянию здоровья.

Во всех остальных случаях обучающийся не может быть аттестован.