

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 262
Красносельского района
Санкт-Петербурга**

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим Советом

ГБОУ СОШ №262 Санкт-Петербурга Прото-
кол № 19 от 31.08.2026 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 609-ОД от 31.08. 2026 г.

Директор ГБОУ СОШ №262

_____/Большакова Ю.А.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА
«ФИТНЕСС»**

Срок реализации: 1 год

Возраст учащихся: 9-14 лет

Разработчик программы:
педагог дополнительного образования
Скоробогатова Юлия Германовна

Санкт-Петербург

2026

Пояснительная записка.

Направленность программы - физическое развитие и укрепление здоровья
Уровень освоения: базовый.

Дополнительная общеразвивающая программа « Фитнес- стрейчинг » разработана в соответствии с направлениями государственной образовательной политики и современными нормативными документами федерального и регионального уровня в сфере образования, а также локальными актами ГБОУ СОШ № 262

Актуальность В настоящее время проблема сохранения и укрепления здоровья , выбора здорового образа жизни очень важна. В условиях технического прогресса резко снижается двигательная активность детей и взрослых. Этот фактор один из вредных для здоровья детей. Одним из путей решения этих проблем являются занятия по фитнесу. Фитнес развивает двигательную подготовленность человека ,позволяет ему оставаться энергичным, улучшая кровообращение занимающихся. Программа разработана с учётом потребностей обучающихся и запросов их родителей.

Основные характеристики программы

Адресат программы: программа адресована обучающимся (мальчикам и девочкам) 9-14 лет проявившие интерес к знаниям в области физической активности - фитнеса , не имеющие противопоказаний по здоровью. **Срок и объём реализации программы:** Программа рассчитана на один год обучения и содержит 144 учебных часов, по 2 часа 2 раза в неделю **Язык реализации:** русский **Цель программы** – совершенствование физического развития обучающихся, повышение их функциональных возможностей путем фитнес - тренировок и применения полученных знаний и умений в повседневной жизни.

Задачи:

Обучающие:

- обучить технике безопасности при занятиях физической активностью ●
- обучить навыкам и умениям физкультурно - оздоровительной деятельности; ●
- обучить организации самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Развивающие:

- развить физические качества : сила, выносливость, гибкость,

ловкость ; ● развить личностные свойства – самостоятельность, ответственность, активность, развить интерес школьников к фитнесу и растяжке . **Воспитательные:**

- воспитать морально - волевые качества ;
- воспитать командный дух ;
- приобщить учащихся к здоровому образу жизни.

Организационно-педагогические условия реализации программы

Условия набора групп: для обучения набираются учащиеся в возрасте 9-14 лет на основании заявления родителей (законных представителей ребенка). **Условия формирования групп:** для реализации программы может осуществляться формирование как одновозрастных, так и разновозрастных групп. **Количество детей в группах:** количество учащихся в группе 15 человек. **Особенности организации образовательного процесса:** для детей младшего и среднего школьного возраста нецелесообразно проводить отдельные теоретические занятия, поэтому все теоретические занятия проводятся совместно с практическими. Основная форма занятий - учебно - тренировочные и теоретические занятия. **Формы организации деятельности учащихся на занятии:**

Фронтальная - работа педагога со всеми учащимися одновременно – это показ, выполнение упражнений.

Коллективная - одновременная работа всех – это участие в соревнованиях. **Формы проведения занятий:**

Традиционные формы: лекция, семинар, беседа, конференция, тестирование, зачет. *Нетрадиционные формы:* участие в различных конкурсах и соревнованиях.

Ожидаемые результаты освоения учащимися программы

Личностные результаты:

- знают о ценности здорового образа жизни ;
- умеют самостоятельно выполнять упражнения освоенные на

тренировках ; ● умеют координировать движения, выполнять движения в

различных темпах;

- умеют ориентироваться в пространстве зала;
- умеют работать с фитнес оборудованием;
- умеют выполнять базовые шаги и растяжку;
- умеют выполнять простейшие приемы релаксации и самомассажа.

Метапредметные результаты:

Регулятивные УУД:

- Учащиеся научиться понимать и принимать учебную задачу, сформулированную педагогом;
- учащиеся научатся осуществлять контроль, коррекцию и оценку результатов своей деятельности;

Познавательная УУД:

- учащиеся научиться проводить сравнение и классификацию объектов;
- учащиеся научиться понимать и применять полученную информацию при выполнении заданий;
- учащиеся научиться проявлять индивидуальные творческие способности.

Коммуникативные УУД:

- учащиеся научиться работать в группе и выполнять упражнения в паре;
- учащиеся научиться обращаться за помощью и использовать и подготавливать инвентарь в группе ;
- учащиеся научиться выполнять упражнения коллективно и синхронно;
- учащиеся научиться слушать темп и ритм вместе всей группой ;
- учащиеся научатся формулировать свои затруднения.

Предметные результаты:

- овладение умениями работы всех частей тела _ корпуса, ног,

рук, головы;

- запоминание последовательности движений в заданиях;
- правильного выполнения базовых шагов и упражнений;
- самоконтроль (контролировать свое собственное

исполнение). Выполнение задач, стоящих перед программой, позволит:

- укрепление здоровья обучающихся;
- повышение общей работоспособности организма;
- снижение стресса ;
- гармоничное физическое развитие ;
- сформировать мотивацию вести здоровый образ жизни;

Материально-техническое оснащение:

- коврики для фитнеса 15 штук.
- гантели по 1,5 кг 2,5 кг 15 штук.
- утяжелители (грузы по 500 гр) 15 штук.
- мячи 15 штук.
- скакалки 15 штук
- аптечка для оказания ПМП

Кадровое обеспечение

Программу реализует педагог дополнительного образования, соответствующий необходимым квалификационным характеристикам по должности «педагог дополнительного образования».

Методическое оснащение:

- музыкальные подборки обучающихся для выполнения упражнений;
- разработки показательных упражнений для различных игр, конкурсов;
- методические рекомендации по профилактики травматизма;
- видеоматериалы для проведения занятий.

Режим работы в период школьных каникул.

Занятия проводятся по утвержденному расписанию или по временному расписанию, составленному на период каникул, в форме групповых занятий, с организацией индивидуальных форм работы внутри группы, подгрупповая и дистанционная форма работы, участия в конкурсах и фестивалях художественного творчества, экскурсий, выездов.

Учебный план

№ п/п	Название раздела/модуля, темы	Количество часов		Формы промежуточно й аттестации и контроля
		Теори я	Практи Всего ка	
1.	Введение, Инструктаж по ТБ. Правила поведения. знакомство с программой	1	1 2	Тест
2.	Знакомство с понятием «физическая активность и здоровый образ жизни ».	4	16 20	практическа я работа
3.	Знакомство с базовыми шагами и разминкой	2	12 14	практическа я работа
4.	Общее знакомство с растяжкой и основными группами мышц в теле человека	4	11 15	практическа я работа
5.	Упражнения с предметами и без	4	12 16	практическа я работа

6.	Упражнения на развитие координации	4	11 15	практическа я работа
7.	Упражнения на развитие гибкости	7	16 20	практическа я работа
8.	Упражнения на развитие выносливости	3	12 14	практическа я работа

9.	Упражнения на развитие скоростных качеств	7	12 16	практическая работа
10.	Изучение танцевальных шагов	15	6 8	практическая работа
11.	Изучение танцевальных комбинаций	15	10 12	практическая работа

12.	Итоговое занятия		2 2	тест
-----	------------------	--	-----	------

13 Итого: 72 109 144

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Особенности программы:

- использование наглядного пособия;
 - добровольное участие в данном виде деятельности;
 - активный и творческий подход к проведению мероприятий; ●
- доброжелательная и непринужденная обстановка работы объединения.

Цель:

Укрепление здоровья, развитие физической подготовки и улучшение общего самочувствия .

Задачи:

Обучающие:

- Овладение техникой движений;
- Выработать навык самоконтроля.

Воспитательные:

- Воспитать физически и психически гармонично развитую личность, активного агитатора за здоровый образ жизни.

Развивающие:

- Развить физические качества : сила, координация, выносливость, гибкость;
- Практическое закрепление знаний и умений по фитнесу .

Ожидаемые результаты:

Предметные результаты:

- сформировать крепкое здоровье;
- сформировать гармонично развитое тело;
- сформировать улучшения подвижности суставов; ● сформировать улучшения эластичности опорно - двигательного аппарата.

Метапредметными результатами изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий: Формируемые УУД:

- умение повторить демонстрируемое упражнение в нужном темпе;
- умение определять свои способности и выполнять адекватные нагрузки .

Личностные результаты

Обучающиеся научатся:

- выполнять базовые шаги аэробики и танца под музыку; ● выполнять упражнения с инвентарем и без ; ● находить и исправлять ошибки в технике исполнения ; ● уметь анализировать, оценивать, сравнивать свои физические кондиции.

Содержание разделов программы.

1. Вводное занятие.

Теория: Инструктаж по технике безопасности. Важное значение разминки. Травматизм. ПМП.

2. Теория : Знакомство с программой “ Фитнес и

растяжка”. 3. Знакомство с разминкой и базовыми

шагами. 4. Теория: Общее знакомство с растяжкой и

основными группами мышц. Практика: упражнения на
растяжение мышц.

5. Практика: упражнения с инвентарем и без.

6. Практика: упражнения на
развитие координации.

7. Практика: упражнения на
развите гибкости .

8. Практика: упражнение на
развите силовой выносливости.

9. Практика: упражнение на
развитие скоростных качеств.

10. Практика: танцевальные
шаги из латино , аэробики,

джаз - танца , хип -хопа.

11. Практика: изучение
комбинаций.

12. Итоговое занятие.

Теория: Обсуждение результатов работы за
год. *Практика:* Открытый урок .

Оценочные и методические материалы

Оценочные материалы

Оценочный контроль учащихся проходит в соответствии с Положением о порядке текущего контроля успеваемости и аттестации учащихся по дополнительным общеразвивающим программам, который является локальным нормативным актом ГБОУ школы № 262 Санкт-Петербурга и определяет формы, порядок и периодичность проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации учащихся отделения дополнительного образования детей.

Методические и оценочные материалы

Методы и приемы, используемые на занятиях:

В данной программе используются следующие педагогические технологии:

Проблемное обучение - создание в учебной деятельности проблемных ситуаций, и организация активной самостоятельной деятельности учащихся по их разрешению, в результате чего происходит творческое овладение знаниями, умениями, навыками, развиваются мыслительные способности.

Технологии развития критического мышления - мозговой штурм, корзина

идей, методы графической организации материала - кластеры, блок-схемы

Игровые технологии: ролевых, деловых, и других видов обучающих игр - расширение кругозора, развитие познавательной

деятельности, формирование определенных умений и

навыков, необходимых в практической деятельности, развитие

общеучебных умений и навыков.

Информационно-коммуникационные технологии - На занятиях активно используется компьютер и интерактивная доска. Их ресурсы задействуются

практически на каждом занятии при объяснении нового

материала, выполнении заданий на закрепление изученного.

Обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа) - сотрудничество трактуется как идея совместной развивающей деятельности взрослых и детей,

Суть индивидуального подхода в том, чтобы идти не от учебного предмета, а от ребенка к предмету, идти от тех возможностей,

которыми располагает ребенок, применять психолого-педагогические диагностики личности.

Формы организации деятельности детей на занятии:

Практические занятия - основная форма. Упражнения после теории и разбора материала. Затем выполнение самостоятельной работы по оформлению юридических и других документов.

Наглядные занятия: фронтальная: работа педагога со всеми учащимися одновременно (беседа, объяснение и т.п.), активный набор информации через использование интернет ресурсов.

Нестандартные занятия: конкурс, презентация, диалог мнений (на итоговых занятиях по разделам для определения результата деятельности; на занятиях по выбору изделия, предшествующих групповой работе). Сочетание индивидуальных, групповых и коллективных форм работы.

Формы подведения итогов реализации программы являются: •

Анализ выполненных работ. Общее обсуждение со всеми учащимися групп. •

Участие в конкурсном движении, открытые занятия, мастер-классы, презентации.

- По окончании первого и второго годов обучения каждый из учащихся выполняет итоговый тест.

Формы фиксации результатов

- Диагностика (индивидуально). Входная диагностика-сентябрь. Промежуточная диагностика – декабрь. Итоговая диагностика – апрель.
- Информационная карта «Определение уровня развития личностных качеств учащихся»
- Карта учета творческих достижений учащихся (участие в конкурсах, праздниках, фестивалях)
- Анкета для родителей «Отношение родительской общественности к

качеству образовательных услуг и степень удовлетворенности образовательным процессом в объединении»

- Анкета для учащихся «Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения»
- Готовые работы
- Фотографии учащихся на занятиях, работ на конкурсах и слетах.
- Дипломы, грамоты.
- Размещение результатов в социальных сетях и др.
- Акции, марафоны, МК, конференции.

Формы контроля

- Педагогическое наблюдение (в течение года).
- Тестирование (в течении года и итоговое).
- Презентации.
- Конкурсные работы

Требования к проведению контроля

- Систематичность
- Объемность
- Дифференцированный подход, учитывающий особенности учебного курса
- Разнообразие форм контроля.

Подведение итогов реализации образовательной

программы: осуществляется посредством итоговой аттестации.

Оценочные материалы

При обучении используются следующие формы диагностики прогнозируемых результатов:

- секундомер ;
- инвентарь (веса);
- соревнования;
- конкурсы;
- конкурсы выполнения упражнений;

Виды контроля:

Входной – при наборе группы.

Текущий – по окончании изучения темы (раздела)

Итоговый – по окончании года.

Сроки контроля:

Входная диагностика проводится с сентября месяца с целью выявления первоначального уровня знаний и умений, возможностей детей и определения природных физических качеств и умений (Например: гибкость спины и ног).

В течение учебного года осуществляется комплексная диагностика знаний, умений и навыков, полученных учащимися; контроль осуществляется на конец первого полугодия и конец учебного года.

Формы проведения контроля: тесты и соревнования.

Методы и приемы, используемые на занятиях:

Основными методами обучения являются:

– *Словесные (вербальные) методы обучения:* устное

объяснение/разъяснение, беседа, анализ видеоматериала. инструктаж –

Наглядные методы обучения: показ педагога (демонстрация); наблюдение за исполнением движений учащихся старших групп. пример. –

Практические методы обучения:

тренировочные упражнения, системы последовательных заданий, упражнение с объяснением и исправлением ошибок, многократное повторение. творческие задания взаимооценка на занятиях

Дидактические средства:

- наглядные пособия,

- схемы, образцы,

-методическая литература,

- интернет материалы: учебные видео,

Образовательные технологии:

-информационные (использование. различной.

информации. источников: интернет, презентация, печатные издания,

-личностно-ориентированные (изучение нравственных основ развитие творческих способностей применительно к будущему ребенка), - технология развития критического мышления,

-игровая (замысел-задание и выполнение в игровой форме), - здоровьесберегающая, (физ.минутки, безопасные материалы)

-технология сотрудничества (коллективные творческие работы), -эмоционально-художественная (весь творческий процесс), -

электронные образовательные ресурсы.

Формы организации деятельности детей на занятии: - *Практические занятия* - основная форма. Упражнения после теории и отработка навыков коммуникации.

- *Наглядные занятия:* фронтальная: работа педагога со всеми обучающимися одновременно (беседа, показ, объяснение и т.п.). -

Нестандартные занятия: Сочетание индивидуальных, групповых и коллективных форм работы: ролевые игры и др.

Формы подведения итогов реализации программы

являются: - Итоговые тесты

- Презентация выполненных упражнений

- Анализ выполненных работ. Общее обсуждение со всеми

учащимися группы. **Формы фиксации результатов**

-Диагностика (индивидуально). Входная диагностика

- Информационная карта «Определение уровня развития личностных качеств учащихся»

- Анкета для родителей «Отношение родительской общественности к качеству образовательных услуг и степень удовлетворенности образовательным процессом в объединении»

- Анкета для учащихся «Изучение интереса к занятиям у учащихся объединения»

- Фотографии учащихся на занятиях, работ на выставках
- Размещение результатов в соц. сетях.

Оценочные и методические материалы

Оценочные материалы:

Для отслеживания результативности образовательной деятельности по программе проводятся: входной, текущий, промежуточный, итоговый контроль.

Формы контроля:

1.Диагностика (индивидуально и в группе).

- Входная диагностика-сентябрь.
- Промежуточная диагностика – декабрь.
- Итоговая диагностика – апрель.

2.Педагогическое наблюдение (в течение года).

Оценка уровня освоения программы проводится в форме наблюдения, праздничных мероприятий, концертов, диагностики, беседы.

Формы фиксации результатов:

- Карта учета физических достижений учащихся;
- Анкета для родителей;
- Видеозаписи и фотографии выступлений

Методы обучения:

- словесные – беседа, диалог, обсуждение, объяснение;
- информационно – познавательные: просмотр видеоматериалов;
- практические: метод показа, воспроизведение упражнений.

Образовательные технологии:

- информационные,
- личностно-ориентированные,
- технология развития критического

мышления, · игровая,

- технология сотрудничества,
- эмоционально-художественная.

Дидактический материал:

· разработки мероприятий, соревнований,
видеотека; · иллюстрации, памятки, методическая
литература. **Материально-техническое**

оснащение;:

- коврики для фитнеса 15 штук.
- гантели по 1,5 кг 2,5 кг 15 штук.
- утяжелители (грузы по 500 гр) 15 штук.
- мячи 15 штук.
- скакалки 15 штук
- аптечка для оказания ПМП

Перечень информационных источников:

Нормативно-правовая рамка разработки ДОП

1. «О национальных целях развития Российской Федерации на период до 2030 года»// Указ Президента Российской Федерации от 21.07.2021
2. Об образовании в Российской Федерации //Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273- ФЗ
3. О внесении изменений в Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" по вопросам воспитания обучающихся»
// Федеральный закон от 31.07.2020 № 304-ФЗ
4. Федеральный проект «Успех каждого ребенка»
5. Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 31.03.2022 № 678-р
6. Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года // Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29.05.2015 № 996-р

7. Об утверждении Порядка организации и осуществления деятельности по дополнительным общеобразовательным программам //Приказ

Минпросвещения РФ от 27.07.2022 № 629

8. Порядок применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ // Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.08.2017 № 816

9. Целевая модель развития региональных систем дополнительного образования детей // Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 03.09.2019 №467

Электронные ресурсы:

<http://www.femb.ru/feml>

<http://www.medline.ru>

<http://www.med-gen.ru/journal/>

<http://meduniver.com/Medical/Book/>

Литература

1. Примерные программы спортивной подготовки для системы дополнительного образования детей: детско - юношеских школ, специализированных детско - юношеских школ олимпийского резерва Зайцева Г.А., Шимонин А.И., Пономарева Е.Ю.,Смирнова Л.А.
2. Фитнес - аэробика. Методическое пособие.Лисицкая Т.С., Сиднева Л.В. 3. Аэробика. Содержание и методика проведения оздоровительных занятий. Учебно методическое пособие.Терра - Спорт, 2001г. Крючек Е.С. 4. Тренировочная нагрузка на занятиях по базовой аэробике. Аэробика. 1999г. Мякиченко Е.В., Ивлеев М.П.
5. FISAF Правила соревнований по Фитнес - аэробике. ФАР.,М. 6. Возрастная физиология . Хрипова Л.Г., Просвещение 1988г.

Техника Безопасности на занятиях Fitness

1- не заходить в спорт зал без тренера , дождитесь тренера чтоб пройти в зал

2-Внешний Вид : обязательное наличие спортивной формы и обуви с нескользящей подошвой , хорошо зашнурованной (шнурки завязаны во избежание зацепиться или наступить на них), волосы убраны у девочек , чтоб избежать попадания на лицо и в глаза при выполнении упражнений.

3- Начало Тренировки: перед началом занятия ученик проверяет все ли удобно и комфортно во внешнем виде и своем самочувствие (если вдруг есть ощущения недомогания или что то болит и дискомфорт =сразу сообщить тренеру. Начинается тренировочный процесс = во рту не должно быть ничего (жевательных резинок , конфет и т п) , пить воду только в отведенные тренером паузы когда дыхание восстановлено и в вертикальном положении тела . в туалет отпрашиваться незамедлительно во время позывов , рекомендовано до начала тренировки сходить в туалет и после есть есть необходимость в этом.

Постараться не опаздывать на занятие ,так как Разминка - Важная Часть в подготовке Тела к дальнейшим элементам и упражнениям.

Если все же было опоздание: 1) не расстраиваться и переживать

2) спокойно принять инструкции от тренера по предварительной разминке тела (так как можно навредить организму приступив сразу же к высокому темпу упражнений и элементов)

3) после разогрева и разминки тела ,тренер включает опоздавшего в общий тренировочный процесс

4- в процессе тренировки выполнять упражнения и элементы разрешенные тренером

5- соблюдение дистанции обязательно!!!! во избежание ударов и ушибов друг друга

6- использование исправного инвентаря и только с разрешения тренера, выполнение инструкций тренера

Гимнастика ♦♦

7-Така как тренер всегда помнит физические способности каждой ученицы и этап освоения элемента , есть период когда исключается выполнение упражнения Без Страховки. Ученик ждет тренера для оказания ему Страховки (даже если очень Уверен,что уже освоил и выполнит самостоятельно какой - либо гимнастический элемент). О Самостоятельном выполнении упражнения тренер объявляет ученику , когда убежден что это безопасно и тело подготовлено.

8- немедленное сообщение о травме или недомогании тренеру

9- в случае срочной или экстренной ситуации, когда Родителю необходимо сделать важный звонок или забрать ученицу с занятия = нужно звонить как Ученику +так и Тренеру на телефон , которые хранятся в Зале в специально отведенном месте или Охране на 1 этаже

10 - младшая группа обязательно ждет тренера который их забирает из Школы в Зал . после Занятия родители забирают учениц из школы. Старшая

группа=самостоятельно

Инструкция по Безопасности общения по телефону во избежании мошенников:

- 1) Тренер пишет информацию в ТГ группу (куда добавлены родители и дети + учителя школы 262) ,которые занимаются в спортивной секции . В случае блокировки Интернета Тренер может произвести звонок родителю о информировании отмены или переносе времени занятий.
- 2) Информация касается только занятий секции Фитнеса , тренировочного процесса, сборов **на территории школы 262** , коррекции времени , возможных отмен , предупреждениями о отсутствие, болезни или опоздании ребенка , праздничных днях, сообщений от родителей касающиеся своих детей.

Никакой информации о Переводах и Сборах Денежных Средств , Угрозах в адрес участников и учеников = Не возможно !!

- 3) Личный телефон Тренера есть у всех участников. с этого номера не могут поступать звонки Родителям и Ученикам не касающиеся тренировочного процесса
- 4) Ученики должны Знать , что никто из сотрудников Школы, Правоохранительных органов не вправе писать , звонить и просить произвести какие - либо операции по Банковским Картам .
- 5) Ученики,В случае если с вами связалось подозрительное лицо - немедленно обратиться к родителю, если это на территории Школы - к учителю , тренеру. Полицию.

Правила поведения и посещения Учеников Секций

1- занятия проводятся Только с теми учащимися, от родителей которых есть Заявление о приеме в кружок ОДОД.

2- учащиеся находятся Только в том помещении и в тот промежуток времени, которые указаны в плане занятий секций ОДОД.

3- дети приходящие на свои дополнительные занятия в секциях соблюдают правила дисциплины учебного Заведения (не бегают по коридорам и этажам , также уличной площадке Школы в ожидание тренера или после окончания занятий. Соблюдают тишину , не портят имущество школы, как внутри здания так и на уличных площадках Школы.

4- занимающиеся в секциях дети проходят в Зал только с преподавателем ! 5- занятие начинается в заявленное расписанием время .

6- дети не используют инвентарь Школы без разрешения и инструктажа преподавателя

7-учащиеся отпускаются в туалет и к питьевому стаканчику только по одному. Посещение туалетов и питьевых фонтанчиков производится только на этаже , на котором находится зал или кабинет секции ОДОД.

В случае обнаружения группы учащихся, находящихся не на своем этаже или не в помещении кружка, а также учеников, посещающих туалет или питьевой фонтанчик не на своем этаже = сразу звонок Демяшкиной А.В. 89118360839 -для выяснения ситуации.

8- дети переодеваются в отведенных для них местах (раздевалках) , ожидают своего

преподавателя - спокойно , без криков . Сидя на скамейках, в классе , в раздевалке. О опоздании сообщается заблаговременно .

9- родители забирают своих детей после окончания занятий из школы

10 - дети не выбегают одни на улицу не дождавшись своего родителя !