

**Спортивная форма на занятиях физической культуры.**



Уважаемые родители, поговорим о спортивной

форме для детей. Физкультурное занятие обязательно требует соблюдения техники

безопасности в спортзале. Спортивная форма на занятиях - это обязательное условие их проведения. Ребенок получает полное

физическое развитие, учится ползать, бегать, лазать. Чтобы вашему

ребенку было удобно, необходимо приобрести: футболку, шорты,

кроссовки, носочки. Нужно помнить, что во время физических

упражнений повышается потоотделение, поэтому в этой же одежде, в

соответствии ссанитарными требованиями, нельзя находиться далее в

групповой комнате.

**1.Футболка.** Белая футболка должна быть изготовлена из

дышащих материалов, без декоративных элементов,

отвлекающих внимание детей.

Желательно, чтобы у всех детей группы были футболки

определённого цвета. Это вырабатывает у детей

командный дух при проведении эстафет и спортивных

праздников.

**2.Шорты.** Чёрные шорты должны быть неширокие, не ниже колен.

Они не должны сковывать движения.

**3.Кроссовки.** Должны быть лёгкими и комфортными для детей

**4.Носочки.** Носки лучше не теплые, предназначенные для частых

стирок. Желательно подобрать их по цвету под физкультурную форму.

**Желаю Вам здоровья!**

Инструктор по физической культуре Щёкотова Е.В.

