

 **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.

