

Спортивная форма на занятиях по физической культуре

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, носочки.

Нужно помнить, что во время физкультурных занятий ребенок много двигается, повышается потоотделение, поэтому в этой же одежде, в соответствии с санитарными требованиями, нельзя далее находиться в группе и выходить на улицу.

- **ФУТБОЛКА** должна быть изготовлена из натуральных материалов, без декоративных элементов, отвлекающих внимание детей. Желательно, чтобы у всех детей группы были футболки определённого цвета. Это вырабатывает у детей командный дух и дисциплинированность.
- **ШОРТЫ** должны быть неширокие и не стесняющие движения.
- **ОБУВЬ** Чешки не подходят для наших занятий, они скользят и могут привести к травме. В зале мы занимаемся в спортобувь
- **НОСКИ** лучше не слишком теплые

