

## Консультация для родителей «Для чего нужна физкультурная форма в детском саду»

### Почему необходима спортивная форма для дошкольников:

Физическое развитие дошкольников требует соблюдения техники безопасности в спортивном зале и дисциплины. *Спортивная форма* – одно из обязательных условий. Это дисциплинирует и вырабатывает у детей командный дух при проведении эстафет и спортивных праздников. Ребенок получает полное физическое развитие, учится прыгать, бегать, лазать. Чтобы Вашему ребенку было удобно, необходимо приобрести спортивную форму. Не забывайте, что во время физических упражнений повышается потоотделение, поэтому в этой же одежде, в соответствии с санитарными требованиями, нельзя находиться далее в групповой комнате.

1. **ФУТБОЛКА.** Футболка должна быть изготовлена из дышащих материалов (хлопок!), а не синтетика; без декоративных элементов, отвлекающих внимание детей. Желательно, чтобы у всех детей группы были футболки определенного цвета (БЕЛОГО).

2. **СПОРТИВНЫЕ ШОРТЫ.** Должны быть удобными. Многие дети приходят в спортзал в бриджах, что сковывает их движения, затрудняет выполнение общеразвивающих упражнений и основных видов движений, таких как прыжки, бег, упражнения на растяжку и т.д., мешает полноценному участию в подвижных играх и эстафетах. Желательно, чтобы у всех детей группы были темного цвета (ЧЕРНОГО).

3. **НОСКИ.** Носочки должны быть не слишком теплые, предназначенные для частых стирок (предпочтительнее из хлопка).