**Спортивная форма для занятий физической культурой.**

|  |  |
| --- | --- |
| **Физкультурой заниматься – надо в форму одеваться!****А в одежде повседневной, заниматься даже вредно!** | https://encrypted-tbn3.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcTKZ7miZrzkYsTTEEeWkNOHL6AzdVVLd4P8aGpRkEnfDcq1H4pm |

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.

Нужно помнить, 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 несинтетических, дышащих материалов, желательно 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.** Шорты должны быть неширокие, не ниже колен.
Многие дети приходят на занятие в бриджах, что мешает им выполнять основные виды движения, такие как  прыжки, бег, ползание, лазание и т.д.