

# Памятка для родителей

## *Спортивная форма на занятия по физической культуре*

ФИЗКУЛЬТУРОЙ ЗАНИМАТЬСЯ –

НАДО В ФОРМУ ОДЕВАТЬСЯ!

А, В ОДЕЖДЕ ПОВСЕДНЕВНОЙ,

ЗАНИМАТЬСЯ ДАЖЕ ВРЕДНО!

Физическое развитие дошкольников требует соблюдения техники безопасности в спортивном зале и дисциплины. Спортивная форма – одно из обязательных условий. Ребенок получает полное физическое развитие, учится прыгать, бегать, лазать. Чтобы Вашему ребенку было удобно, необходимо приобрести: футболку, шорты, спортивную обувь на резиновой подошве.

**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 одного цвета (белого).

**2. ШОРТЫ.** Спортивные шорты должны быть неширокие, не ниже колен. Без карманов! Для девочек можно велосипедки.

**3. КЕДЫ ИЛИ КРОССОВКИ.** Они не скользят при выполнении упражнений. В «правильной» обуви формируется правильный бег, ходьба. Шнурки очень часто развязываются, а дети дошкольники зачастую не умеют завязывать сами, поэтому спортивная обувь должна быть на липучках.

Надеюсь, мои рекомендации будут Вам полезны, а наши юные спортсмены принесут нам много новых побед!