***Спортивная форма в детском саду - необходимость или прихоть?***

И так для чего нужна спортивная форма в детском саду?

Многие родители отказываются приобретать спортивную форму, считают, что в подавлении индивидуальности никакой пользы для развития нет и мир ребенка уж точно должен быть ярким и разнообразным. ну и конечно я мама и я сама должна решать во что одевать ребенка и за что отдавать свои деньги. Но так ли это?

**Во-первых**, спортивная форма не подавляет индивидуальность ребенка, она наоборот сплачивает детей на групповую команду и таким образом они учатся работать вместе.

**Во-вторых**, форма может быть любая в зависимости от договорённости, какую именно хотят видеть форму родители.

А теперь давайте немного порассуждаем на эту тему.

Прежде всего, спортивная форма — это залог чистоты и здоровья, так как дети, занимаясь физкультурой, потеют, и если они будут заниматься в той одежде, в которой ходят в группе, то могут простыть и заболеть.

Есть еще одна проблема - колготки. Так же некоторые родители считают, что колготки могут заменить носки или гольфы, но они не задумываются, что это так же вредит здоровью детям. Ведь колготки не "дышат", а значит, дети опревают или же появляется потница, что не лучшим способом сказывается на здоровье ребенка.

И так нужна ли ребенка форма или нет?

# *Какая спортивная форма необходима в детском саду?*

СПОРТИВНАЯ ФОРМА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

 Физкультурой заниматься –

 надо в форму одеваться!

 А в одежде повседневной,

 заниматься даже вредно!

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 физкультурную форму. 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.

Какая спортивная форма необходима в детском саду?

1. спортивная форма для мальчиков и девочек одинаковая. Это – хлопчатобумажная футболка с коротким рукавом, хлопчатобумажные шортики, носочки и чешки. Физкультурная форма должна быть минимально облегченной, поскольку дети приходят в зал энергично двигаться.

В физкультурном зале поддерживается оптимальный температурный режим. Перед каждым занятием зал проветривается. Температура в зале соответствует шкале эквивалентно-эффективных температур.

2. Фспортивная форма должна:

* отлично отводить тепло от тела, чтобы забегавшийся ребенок не перегревался,
* хорошо пропускать влагу наружу,
* не сковывать движения.

3. Спортивные костюмы подбирают по росту с учетом полноты, так как не только тесная, но и слишком длинная и широкая одежда затрудняет работу и может послужить причиной травм. В одежде не должно быть грубых швов и сужений во избежание потертостей. Кроме того, одежда, слишком прилегающая к телу, мешает испарению пота с поверхности кожи, затрудняет теплоотдачу.

***Уважаемые родители, не забудьте принести в детский сад спортивную форму для вашего ребёнка, занятия уже начались!***

Благодарю за внимание!

Старший воспитатель Асташенко Г.В.