

СПОРТИВНАЯ ФОРМА НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Физкультурное занятие обязательно требует соблюдение техники безопасности в спортзале.

Спортивная форма на занятиях – это обязательное условие их проведения. Ребёнок получает полное физическое развитие, учится ползать, бегать, лазать и т.д. Чтобы вашему ребёнку было удобно, необходимо приобрести: футболку, шорты, обувь, носки.

Нужно помнить, что во время физкультурных занятий ребёнок 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 несинтетических, а дышащих материалов, без декоративных элементов, отвлекающих внимание детей. Желательно, чтобы у всех детей были футболки определённого цвета. Это вырабатывает у детей командный дух и дисциплинированность.

ШОРТЫ должны быть не широкие и не стесняющие движения, не ниже колен.

ОБУВЬ. Подошва должна быть эластичной (гнуться), прорезиненной (она не будет скользить) и закрываться лучше на липучку (шнурки часто развязываются, дети могут наступить и упасть).

НОСКИ не слишком тёплые, предназначенные для частых стирок.

«Обучающиеся допускаются к учебным занятиям по физической культуре... только в спортивной одежде и обуви...»

СанПин глава 7, п.69



