

Консультация для родителей

«ОДЕЖДА ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗКУЛЬТУРОЙ В ДЕТСКОМ САДУ»



Чтобы занятия физкультурой в детском саду были эффективными, безопасными и приятными для ребенка, важно выбирать для них правильную форму - качественную и удобную. Первое, на что следует обращать внимание - крой моделей. Он должен быть как можно более свободным, не стесняющим движений и не доставляющим ребенку никакого дискомфорта.

Следует отказаться от облегающих ноги шортов и от футболок, маек, выполненных в аналогичном крое, какими бы удобными они не показались на первый взгляд. Особое

внимание следует уделять качеству материала, из которого выполнена физкультурная форма для детей.

Оптимальным вариантом считается одежда из хлопка или шерсти - в зависимости от времени года. Это гигиеничные, хорошо пропускающие воздух, эффективно отводящие влагу, совершенно безопасные для здоровья ребенка материалы. Кроме того, выполненную из них одежду можно приобрести по доступной стоимости, в отличие от экипировки из некоторых современных тканей на синтетической основе.

Хлопковая и шерстяная одежда устойчива к износу - она без проблем переносит стирки. Это имеет особое значение с учетом того, что физкультурную форму, как и другую детскую одежду, приходится стирать достаточно часто.

Для занятий в зале подойдут обычные шорты, футболки или майки.

Что касается обуви, то традиционным вариантом для детского сада остаются удобные и практичные чешки. В некоторых случаях допускаются легкие кеды или текстильные тапочки на устойчивой и эластичной подошве.

