Требования к спортивной форме на

занятиях по физической культуре.

Здоровье- бесценный дар, который преподносит человеку природа.



Здоровый ребенок характеризуется, прежде всего, гармоничным, соответствующим возрасту физическим, интеллектуальным, эмоционально-волевым, нравственным развитием. Воспитать здорового ребенка - значит создать условия для его нормального роста и всестороннего гармоничного развития.

Ведущим естественным фактором роста и развития ребенка является движение. Благодаря движению происходит развитие физиологических и психических функций. Только движение стимулирует развитие иммунной системы организма и повышает его устойчивость к действию неблагоприятных факторов.

Вот почему важно укрепить детский организм, в период дошкольного детства. А занятия физической культурой принесут двойную пользу, если ребенок будет заниматься в правильной одежде.

К правильной форме одежды относятся: спортивная футболка однотонного цвета, трикотажные шорты и чешки.

Именно чешки, а не другая спортивная обувь являются неотъемлемой частью спортивной формы в ДОУ, так как чешки принимают форму ноги ребенка и помогают при коррекционной работе.

Физкультурное занятие обязательно требует соблюдение техники безопасности при его проведении. Одним из обязательных условий ее соблюдения является опять же физкультурная форма.

Итак, для полноценного физического развития необходима совокупность множества факторов. Таких как: правильное освещение правильная спортивная одежда, профессионализм педагогов, спортивное оборудование. И только при тесном сотрудничестве родителей и педагогов можно добиться хороших результатов.

Инструктор по физической культуре: Вербицкая Татьяна Александровна.