

## ***Консультация для родителей***

### ***«СПОРТИВНАЯ ФОРМА ДЛЯ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ»***

***НАШ ДЕТСКИЙ САД СТАВИТ САМОЙ ГЛАВНОЙ ЗАДАЧЕЙ – СБЕРЕЧЬ И ПРИУМНОЖИТЬ  
ЗДОРОВЬЕ НАШИХ ВОСПИТАННИКОВ!***

***ПОЭТОМУ, В СООТВЕТСВИИ С ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММОЙ «ПО ДОРОЖКЕ  
К ШКОЛЕ» И АДАПТИРОВАННОЙ ПРОГРАММЕ ЛОГОПЕДИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПО  
ПРЕОДОЛЕНИЮ ОБЩЕГО НЕДОРАЗВИТИЯ РЕЧИ, МЫ ПРОВОДИМ СЛЕДУЮЩИЕ  
ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ:***

- ***УТРЕННИЕ ЗАРЯДКИ***
- ***ГИМНАСТИКИ ПРОБУЖДЕНИЯ***
- ***ФИЗКУЛЬТУРНЫЕ ЗАНЯТИЯ***
- ***СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ***
- ***ПРОФИЛАКТИКУ ПЛОСКОСТОПИЯ С ПРИМЕНЕНИЕМ ОРТОПЕДИЧЕСКИХ КОВРИКОВ***
- ***ВОЗДУШНО-СОЛНЕЧНЫЕ ВАННЫ***

***ПОЭТОМУ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПЕРЕЧИСЛЕННЫХ МЕРОПРИЯТИЙ, ДЕТИ НУЖДАЮТСЯ  
В СПЕЦИАЛЬНОЙ ОДЕЖДЕ!***

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:

- футболку,
- шорты,
- чешки,
- носочки.

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.

1. Футболка. Футболка должна быть изготовлена из несинтетических, дышащих материалов, желательно без декоративных элементов, отвлекающих внимание детей. Желательно, чтобы у всех детей группы были футболки определённого цвета. Это вырабатывает у детей командный дух при проведении эстафет и спортивных праздников.

2.Шорты. Шорты должны быть неширокие, не ниже колен. Многие дети приходят на занятие в бриджах, что мешает им выполнять основные виды движения, такие как прыжки, бег, ползание, лазание и т.д.

3.Чешки. Они не скользят при выполнении упражнений. За счет тонкой подошвы дети невольно проводят профилактику плоскостопия.

4.Носочки. Носки лучше не слишком теплые, предназначенные для частых стирок.



Консультацию подготовила  
Инструктор по физической культуре и спорту  
Порядина П.А.