



Спортивная форма для занятий физкультурой в дошкольном учреждении

В детском саду занятия физкультурой проводит руководитель физического воспитания. Дети занимаются 1 - 2 раза в неделю в спортивном зале (в зависимости от группы) и 1 раз в неделю на свежем воздухе.

Согласно Постановлению Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 25 января 2013 года №8. Санитарные нормы и правила «Требованиям для учреждений дошкольного образования» не допустимо в одной одежде находиться в групповой комнате и заниматься физкультурой. Поэтому обязательным условием проведения занятия физической культуры в детском саду является наличие у детей спортивной формы.

Спортивная форма для занятий в зале

Для занятий в спортивном зале приготовьте футболку, шорты и специальную обувь.

Легкая спортивная обувь необходима для предотвращения травм стопы при выполнении основных движений и падений в подвижных играх.

Приготовьте хлопчатобумажную футболку, шорты должны позволять детям свободно выполнять основные движения: прыжки, ползания, лазание, бег, обязательно проверьте обувь, чтобы она хорошо удерживалась на ноге, фиксируя стопу.

Выбирайте форму без отвлекающих элементов: рюши, бантики, завязки, ремешки отвлекают ребенка от занятия, что может явиться причиной травматизма.

При определенных нагрузках, во время занятия, у детей повышается потоотделение, чтобы не нарушать теплообмен, футболка одевается на голое тело.

Дети должны переодеваться в спортивную форму непосредственно перед физкультурным занятием. А сразу по окончании занятия переодеваться в повседневную одежду.

В детском саду принято придерживаться одинаковой цветовой гаммы спортивной формы: Белый верх, темный низ. Это позволяет вырабатывать дисциплину и командный дух, но вовсе не обозначает, что у всех детей в группе, должны быть одинаковы футболки и шорты.

Спортивная форма для занятий на улице



Для занятий на улице строгих требований к спортивной форме нет. Достаточно сезонной одежды. Время физкультурных занятий рассчитано так, чтобы по окончании дети вернулись в группу и при необходимости переоделись в другую одежду.