**Спортивная форма**

**на занятиях физической культурой**

*Физкультурное занятие* обязательно требует ***соблюдения техники безопасности***  при его проведении. Одним из обязательных условий её соблюдения является *наличие  спортивной формы  у детей*.

 Так же следует знать, что в этой же одежде, в соответствии с санитарными требованиями, нельзя находиться далее в групповой комнате, то есть у вашего ребенка должна быть специальная форма для занятий физкультурой, которая одевается непосредственно перед занятием и снимается после него.

*Одежда* детей должна быть чистая, сухая, из материалов, обладающих хорошей тепло – проводимостью, соответствовать размеру ребенка и не стеснять его движений.

**Футболка:** должна быть изготовлена из несинтетических, дышащих материалов, без декоративных элементов (рисунок, стразы, объемные элементы и т.д.), отвлекающих внимание детей и мешающих выполнению упражнений. Желательно, чтобы у всех детей группы были ***футболки белого цвета.*** Это вырабатывает у детей командный дух при проведении эстафет и спортивных праздников.

**Шорты:** неширокие спортивные шорты, без декоративных элементов. Желательно, чтобы у всех детей группы ***шорты были черного цвета.***

**Носки:** не теплые, предназначенные для частых стирок.

**Спортивная обувь:** должна фиксировать положение стопы. Из обуви это могут быть кроссовки или спортивные кеды. **Обязательно!!!** **Застежка на липучке.** Обувь со шнурками возможна, если дети умеют их завязывать сами, слишком длинные шнурки создают травмоопасные ситуации на занятиях. Спортивная обувь не должна быть ребенку велика или тесна.

