

Форма для физкультурных занятий

У ребенка обязательно должна быть специальная форма для занятий физкультурой – это, в первую очередь, вопрос гигиены.

1. Физкультурная форма для мальчиков и девочек одинаковая.

Это- футболка с коротким рукавом, шортики, носочки, чешки. Физкультурная форма должна быть минимально облегченной, поскольку дети приходят в зал энергично двигаться.

2. В физкультурном зале поддерживается оптимальный температурный режим. Перед каждым занятием зал проветривается. Температура в зале соответствует шкале эквивалентно-эффективных температур.

Физическое развитие детей нужно продолжать и за пределами детского сада. Утренняя гимнастика по выходным дома и подвижные игры на прогулке, безусловно, пойдут на пользу малышу.