

### Уважаемые родители!

Занятия по физической культуре в детском саду проходят три раза в неделю! У детей старшего дошкольного возраста третье занятие проводится на воздухе. Для занятий требуется специальная одежда. В зал дети приходят в футболке и шортах. Одежда должна быть не синтетической и по размеру, желательно, чтобы у каждой группы была единая форма.

Специалисты по детской психологии считают, что в единой форме много плюсов. Во-первых, стандарт одежды воспитывает чувство принадлежности к тому или иному виду занятий. Единая спортивная форма дает возможность осознать себя членом команды. Это поможет избежать социальных разногласий, уравнивает детей из разных семей. Ещё один плюс формы - это её дисциплинирующее воздействие. Ребёнок с детских лет привыкает носить одежду к месту и ко времени.

Обувь для занятий также должна быть специальной! Лучше всего подойдут тряпичные кеды на резиновой подошве, либо кроссовки. Обратите, пожалуйста, внимание на размер! Не покупайте спортивную обувь на вырост, она должна быть по ноге!

Для занятий на воздухе одежда должна быть комфортной, не ограничивающей движения.

