**Консультация для родителей детей дошкольного возраста.**

**«Нужна ли в детском саду спортивная форма?»**

Для полноценных занятий физической культурой в детском саду необходимо создать комфортные условия для ребенка. К этому можно отнести: как наличие специального инвентаря, так и профессиональных знаний, умений и навыков педагога; так и соответствующая форма одежды детей. Родитель обязан следить за чистотой спортивной формы ребёнка и своевременно стирать её, это важно с точки зрения гигиены. Негигиенично пользоваться спортивной одеждой в повседневной жизни. Что в себя включает спортивная форма в дошкольном учреждении:

1. **Футболка**. Футболка должна быть изготовлена из несинтетических, дышащих материалов, без надписей и декоративных элементов, отвлекающих внимание детей. Желательно, чтобы у всех детей групп были футболки определенного 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, джинсах, что мешает им выполнять основные виды движения, такие как наклоны, приседания, прыжки, бег, упражнения на растяжку и т.д.

 3. **Чешки**. Они не скользят при выполнении упражнений. За счет тонкой подошвы дети невольно проводят профилактику плоскостопия. Чешки должны соответствовать размеру ноги ребенка. Многие родители приобретают своим детям чешки «на вырост», что повышает травмоопасность во время занятий, т.к. слетевшая с ноги чешка способствует тому, что дети налетают друг на друга, например, во время бега, вследствие того, что хозяин чешки остановился, чтобы ее надеть.

 4. **Носочки**. Носки должны быть не тёплые, предназначенные для частых стирок. Желательно подобрать их по цвету под физкультурную форму и иметь сменную пару.

После занятий в спортивном зале, дети возвращаются в группу и переодеваются, снимая с себя спортивную форму, и одевают чистую, сухую одежду, благодаря чему снижается риск простудных заболеваний в холодную, ветреную погоду. А детям это действие позволяет почувствовать себя взрослыми и самостоятельными. Таким образом, такой несущественный, с точки зрения некоторых родителей момент, как спортивная форма, помогает ребенку сохранить здоровье, а также гармонично развиваться.

 **Давайте приучать детей к спорту вместе!**

