**«Зачем нужна спортивная форма?»**

Физическое здоровье – основополагающее условие духовного и нравственного развития человека.

Задачей физического воспитания является сохранение и укрепление здоровья детей, которое содействует всестороннему развитию ребенка.

Любое физкультурное занятие – травмопасно и обязательно требует спортивную форму и мною было разработан памятка и буклет для родителей для чего нужна спортивная форма для занятий физкультурой.

Работа по физическому воспитанию в дошкольном учреждении начинается с выработки у детей привычки к соблюдению режима, потребности в ежедневных занятиях, развития умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, воспитания любви к занятиям спортом, интереса к их результатам.

Спортивная форма на таких занятиях – обязательное условие их проведения, решает вопросы: *гигиены* и *дисциплины*. Спортивную форму нужно подбирать в зависимости от сезона, погоды, и выбранного места занятий — будет ли это спортзал, или уличная площадка.

Нестерова Т.М.

инструктор по физической культуре

