

Выступление на родительском собрании

Зачем нужна спортивная форма?

(средняя группа)

- Здравствуйте, уважаемые родители! Меня зовут Вакула Галина Станиславовна. Я работаю инструктором по физической культуре.

Начался учебный год, начинаю занятие, и что же вижу... Сережа, а где твоя спортивная форма?

- Мама забыла, принести (еще не купили и т.д.).

Примерно так начинается занятие в спортивном зале дошкольного учреждения после летних каникул. И начинается горячая пора по разъяснению вам родителям о необходимости спортивной одежды для занятий в спортивном зале.

Почему же так важно наличие спортивной формы для занятий. Дело в том, что подбор одежды и обуви отражается на работоспособности, поэтому спортивная форма должна соответствовать определенным гигиеническим требованиям.

Спортивная одежда должна поддерживать оптимальное тепловое равновесие организма во время занятий физическими упражнениями и спортом, обеспечивать эффективную спортивную деятельность, защиту от травм и механических повреждений.

Она должна быть **легкой, удобной, не стеснять движений, соответствовать росту и полноте ребенка.**

Важное значение имеют материалы, из которых изготовлена одежда. Эти материалы должны быть воздухопроницаемы, гигроскопичны, должны обладать мягкостью, быть эластичными.

Одежда ребенка-физкультурника обычно состоит из **футболки, шорт, носков и чешек.** Спортивная форма должна храниться в отдельном тканевом мешке, должна быть подписана, для удобства детей и воспитателей. Родитель обязан следить за чистотой спортивной формы ребёнка и своевременно стирать её, это важно с точки зрения гигиены.

Наличие формы позволяет ребёнку чувствовать себя комфортно и в психологическом плане. Надевая спортивную форму, ребенок настраивается, внутренне готовится к предстоящей деятельности, что повышает эффективность физических нагрузок. Также спортивная форма помогает ребенку социализироваться, почувствовать свою причастность к общему делу. Благодаря спортивной форме у ребенка создается представление о том, что для определённых видов деятельности необходима специальная одежда. А если эта одежда еще и красива, аккуратна и опрятна это создаёт

предпосылки для развития эстетического восприятия совместной деятельности.

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 взрослым и самостоятельным.

Таким образом, такой не существенный, с точки зрения некоторых родителей момент, как спортивная форма помогает ребенку сохранить здоровье, а также гармонично развиваться в художественно-эстетическом, познавательном, социально-коммуникативном направлении, и, конечно же, совершенствоваться в физическом развитии.

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Малинский центр развития ребёнка – детский сад «Чайка»
городского округа Ступино
Московской области

Родительское собрание
Зачем нужна спортивная форма?
(средняя группа)

Подготовила и провела:
инструктор по физической культуре
Вакула Г.С.

р.п. Малино