

Советы родителям
Занятия по физической культуре в спортивном зале.
Требования к спортивной форме.

Футболку выбираем из натурального хлопка, без выпуклых и прорезиненных аппликаций, желательно белого или однотонного цвета.

Спортивные брюки лучше длинной до середины икры и силуэтом, повторяющим фигуру, без карманов и аппликаций.

Носки – хлопковые, желательно с прорезиненной подошвой.

Для диагностики двигательных качеств и обучения прыжкам в длину понадобится чешки (должна фиксировать стопу).

Прическа девочек в дни занятий в спортивном зале - с свободной от хвостиков и заколок затылочной частью, без острых и колючих украшений. Нельзя надевать также украшения на руки и шею.

Уважаемые родители, эти несложные требования помогут вашему ребенку чувствовать себя комфортно на занятиях по физической культуре и укрепить здоровье.

