

## Форма для музыкальных и физкультурных занятий

### Форма для музыкальных занятий

Дети с радостью ходят на музыкальные занятия. От того, в какой одежде они присутствуют на занятиях, зависит их комфорт и эмоциональное состояние. Неудобная обувь и одежда мешает ребятам двигаться свободно. Часто в результате этого ребенок не может выполнить то или иное танцевальное движение, начинает стесняться, расстраиваться, что у него ничего не выходит. Кроме того, из-за неподходящей для танцев обуви, ребенок может получить травму, подвернуть ногу и т. д. Обувь должна быть по размеру.

Слишком теплая одежда так же не подходит для музыкальных занятий. Дети много двигаются, им становится жарко. Не следует забывать и об опрятном внешнем виде. Нередко ребенок отказывается танцевать с тем или иным ребенком только из-за того, что он неопрятно одет.

Музыкальный руководитель дает не только специальные музыкальные занятия, но и эстетические. Да и самому ребенку приятнее танцевать, когда он выглядит безупречно. Помогите своим детям подобрать удобную одежду и обувь и они будут радовать Вас на праздниках своими танцами и улыбками. Ниже привожу список одежды для музыкальных занятий.

### Форма одежды для детей

**Мальчики:** балетки или чешки черные, шорты, удобная рубашка или футболка с короткими рукавами.

**Девочки:** балетки или чешки белые, футболка с короткими рукавами, короткая юбка для танцев, аккуратная прическа.

### Форма для физкультурных занятий

У ребенка обязательно должна быть специальная чистая форма для занятий физкультурой – это, в первую очередь, вопрос гигиены.

Отлично подойдут шорты (темного цвета) и футболка (белая).

Крой должен быть как можно более свободным, не стесняющим движений и не доставляющим ребенку никакого дискомфорта. Следует отказаться от облегających ноги шортов и от футболок, маек, выполненных в аналогичном крое, какими бы удобными они не показались на первый взгляд.

Особое внимание следует уделять качеству материала, из которого выполнена физкультурная форма для детей. Оптимальным вариантом считается одежда из хлопка или шерсти — в зависимости от времени года. Это гигиеничные, несинтетические, хорошо пропускающие воздух, эффективно отводящие влагу, совершенно безопасные для здоровья ребенка материалы. Кроме того, выполненную из них одежду можно приобрести по доступной стоимости, в отличие от экипировки из некоторых современных тканей на синтетической основе. Хлопковая и шерстяная одежда устойчива к износу — она без проблем переносит стирки. Это имеет особое значение с учетом того, что физкультурную форму, как и другую детскую одежду, приходится стирать достаточно часто.

Обувь для физкультурных занятий в зале — текстильные тапочки на устойчивой и эластичной подошве (чешки). В кроссовках ребенку заниматься физкультурой в зале детского сада будет неудобно. Зато такая обувь обязательно пригодится для занятий на улице.

Для занятий физкультурой на улице в запасе у ребенка должен быть комплект соответствующей одежды, которую следует выбирать с учетом погодных условий. Куртка не должна скрывать колен — это будет сковывать движения ребенка. Обязательным элементом формы должна стать шапка. Можно выбрать вязаные трикотажные, акриловые или шерстяные шапки. Важно, чтобы они достаточно плотно облегли голову, но в то же время не сдавливали ее. Необходимо, чтобы головной убор закрывал собой уши ребенка, которые, как известно, являются самым уязвимым участком — именно с них начинается большая часть детских простуд.

### **Форма одежды для физкультурных занятий**

**Мальчики:** черные шорты, белые футболки, чешки

**Девочки:** черные шорты, белые футболки, чешки

***Желаем Вам и вашим детям быть всегда в отличной спортивной форме!***