

Форма одежды детей для проведения музыкальных и физкультурных занятий в детском саду

Формирование у детей общей культуры, здорового образа жизни и двигательной активности, воспитание художественно-эстетического вкуса, приобщение к правилам одеваться со вкусом, поведенческого этикета начинается уже в дошкольном возрасте.

Для этого необходимо не только создать соответствующие условия, но также очень важно, чтобы ребёнок ощущал себя в этих условиях удобно и комфортно.

С этой целью для проведения интересных полноценных занятий по физическому и музыкально-художественному развитию детей необходим соответствующий внешний вид: одежда, обувь, причёска. Всё это должно быть у ребёнка в соответствии с его возрастом, индивидуальными особенностями и притязаниями.



Удобная, красивая одежда и обувь помогают ребёнку справиться с новыми движениями, почувствовать себя сильным, стройным, красивым.



Неудобная или не подходящая по размеру обувь и одежда мешает ребятам двигаться свободно. Часто в результате этого ребенок не может выполнить танцевальное движение или физическое упражнение. Ребёнок начинает стесняться, расстраиваться, что у него ничего не выходит. Кроме того, из-за неподходящей для танцев обуви, ребенок может получить травму.

При подборе формы необходимо учитывать гендерные особенности детей. Девочкам необходима форма, которая подчеркнёт их грациозность, стройность, красоту при выполнении различных гимнастических движений. Мальчикам – форма, которая поможет выделить их силу, ловкость при выполнении силовых упражнений и строевых движений.

Форма и внешний вид мальчиков:

-короткая стрижка

-х/б трикотажная футболка с коротким рукавом

-х/б трикотажные шорты

-х/б трикотажные носки

-чешки по размеру (лучше всего кожаные) имеют преимущество перед любой другой спортивной обувью: лёгкие, принимают форму ноги ребёнка и помогают ему осваивать основные виды движений.

Форма и внешний вид девочек:

-гимнастический купальник (с минимальным % синтетических волокон, можно с юбочкой)

-х/б трикотажные носки (колготки допускаются в холодный период)

-чешки или гимнастические тапочки с резинкой

-волосы собраны в косы или в пучок.

Приветствуется спортивная одежда для каждой возрастной группы определённого цвета с собственной эмблемой. Это вырабатывает у детей чувство товарищества, командный дух при проведении различных игр, эстафет и спортивных соревнований.

Особое внимание следует уделять качеству материала, из которого выполнена 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 ребёнка материалы. Форма должна предназначаться только для занятий, не использоваться как сменная одежда и должна быть всегда чистой и свежей. Научите своего ребёнка правильно хранить форму: после занятий необходимо её повесить в шкаф, дать ей высохнуть, а затем аккуратно сложить в специальную сумочку или мешочек из ткани.