

## Форма для физкультурных занятий.

Одной из сторон развития личности является физическое развитие, которое самым непосредственным образом связано со здоровьем человека. Фундамент здоровья, физического и психического, закладывается в детстве. Достаточно ли прочным будет этот фундамент, зависит целиком от взрослого, от того, как будут воспитываться дети, какие полезные привычки они приобретут. Важно привить детям дошкольного возраста вкус к занятиям физкультурой, потребность в таких занятиях. Сделать это непросто. Физическая культура и спорт - эффективное и действительное средство воспитания духовного и физического здоровья подрастающего поколения. Программа воспитания в детском саду предусматривает формирование двигательных умений и навыков, развитие физических качеств, воспитание правильной осанки, гигиенических навыков, освоение знаний о физическом воспитании. 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. Основной задачей физического воспитания является сохранение и укрепление здоровья детей, которое содействует всестороннему развитию ребенка.

Недостаточность внимания к созданию условий физическому воспитанию может привести не только к ошибкам, но и повлечь за собой различные травмы, повредить здоровью ребенка. Поэтому организация занятий по физической культуре детей требует строгого соблюдения правил техники безопасности, которые должны быть разработаны в каждом дошкольном учреждении с учетом его особенностей, и вместе с тем отвечать определенным требованиям.

Не мало важным, является в чём и как одеты дети на физкультурных занятиях. Поэтому педагоги нашего ДОУ уделяют этому вопросу особое внимание.

Рекомендуемая одежда: футболка, шорты, носки, чешки.