

Гигиенические требования к спортивной форме дошкольников

Физическое воспитание и спортивная форма.

Ранее мы уже рассматривали требования к внешнему виду дошкольника на занятиях физической культурой, а именно к спортивной одежде. Сегодня мы хотим обратить ваше внимание на то, как должна выглядеть спортивная форма.



Футболка. Строго белого цвета без рисунков и надписей. Разрешается только надпись бренда небольшим шрифтом, если футболка к таковой относится. Футболка должна быть выстирана. В случае невыстирываемых пятен- заменена. Также она должна быть выглажена. После занятий приучайте ребенка аккуратно складывать вещь, чтобы к следующему занятию она имела опрятный вид.

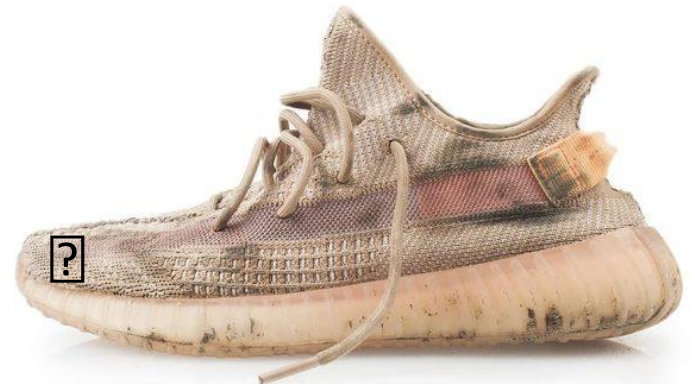


Шорты. Напоминаем, что должны быть по размеру. Также выстираны и поглажены.

Тоже касается и носков- на каждое занятие чистые носки.

Обязательно следим за гигиеническим состоянием обуви.

Ноги и обувь- отличное место для размножения неблагоприятных бактерий.



Девочки и прически. У девочек обязательно должны быть волосы заплетены, если волосы короткие- аккуратно прибраны. Запрещаются распущенные волосы, хвосты, а также аксессуары для волос (ободки, крупные заколки и резинки с крупными вставками, "крабики" и т.п.).



Детский организм- это такой же полноценный функционирующий организм, как и взрослый, со всеми выделительными процессами.

Гигиеническое состояние нашего организма заключается не только в уходе за телом, но и за состоянием одежды- от нижнего белья до верхней одежды.

