

ИФК Ефремова Ольга Николаевна.

Требования к физкультурной форме в детском саду.

Уважаемые родители!

В этом году на родительских собраниях воспитатели групп объявили, какие требования к физкультурной форме предъявляются в нашем детском саду. А именно: у каждого ребенка в шкафчике раздевалки, отдельно от запасной одежды, должна быть хлопчатобумажная футболка белого цвета без рисунка, трикотажные спортивные брюки (у девочек это могут быть лосины) черного или темно-синего цвета, спортивные тапочки на светлой резиновой подошве, носочки.

Хочется отметить, что основная масса родителей спокойно отнеслась к просьбе воспитателей и в течение первой недели сентября приготовила детям форму. Другие родители подошли к этому вопросу не столь ответственно, поэтому их дети либо не имеют формы вообще, либо отсутствует часть формы (нет белой футболки или нет спортивной обуви), несмотря на то, что уже ноябрь.

В связи со сложившейся ситуацией считаю необходимым разъяснить, чем продиктованы наши требования к физкультурной форме и почему их необходимо выполнять.

Требования эти обусловлены несколькими аспектами – медицинским, социальным и психологическим.

С точки зрения медицины, форма – это возможность заниматься физкультурой комфортно и безопасно. Если ребенок вспотел, у него есть возможность переодеться. Специальная обувь нужна для того, чтобы ребенок не поскользнулся во время бега, ноги его не разъезжались на линолеуме во время упражнений, а также был защищен голеностоп во время прыжков. Трикотажные брюки хорошо тянутся, не стесняя ребенка в движениях. Белая футболка – это всегда эстетично, при условии, что она чистая. Таким образом, мы прививаем ребенку навыки гигиены и здорового образа жизни.

С социальной точки зрения – одинаковая форма позволяет ребенку чувствовать себя частью образовательного процесса. Детям понятно, что пришло время занятия, к которому нужна определенная подготовка. Это помогает настроиться на нужный лад, и, в конечном итоге, просто приучает ребенка к порядку, ведь форму нужно сложить, убрать на место, чтобы потом снова ею воспользоваться. При этом нужно уложиться в определенный промежуток времени. Таким образом, у ребенка формируются навыки жизни в детском коллективе.

С точки зрения психологии, форма – это возможность чувствовать себя уверенно среди сверстников: «У всех есть, и у меня должна быть... Меня не будут ругать за отсутствие формы... Меня не оставят в группе из-за того, что у меня нет спортивных тапок...» Представим обратную ситуацию, когда у ребенка формы нет. Перед началом занятия он беспокоится, у него растет тревожность, снижается уверенность в себе. Он постоянно ждет порицания, расстроен из-за того, что не сможет побегать и поиграть с другими ребятами.

Уровень тревожности у современных детей и так необычайно высок, это постоянно констатируют детские психологи, зачем же усугублять ситуацию? Дайте ребенку чувство уверенности, защищенности и заботы со стороны близких.

Дорогие папы и мамы, надеюсь, у вас не осталось сомнений, и вы обязательно купите ребенку физкультурную форму. В конце концов, все требования продиктованы в первую очередь здравым смыслом, а уже потом наукой. Успехов вам, и будьте здоровы!