

## **Форма для музыкальных и физкультурных занятий**

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

### Физкультурная форма для мальчиков и девочек одинаковая.

Это - футболка с коротким рукавом, шортики, носочки, спортивные тапочки с резиновой подошвой (или чешки).

Физкультурная форма должна быть минимально облегченной, поскольку дети приходят в зал энергично двигаться.

В физкультурном зале поддерживается оптимальный температурный режим. Перед каждым занятием зал проветривается. Температура в зале соответствует шкале эквивалентно-эффективных температур.

### Для музыкальных занятий:

у мальчиков - шорты, рубашка (футболка), носочки, чешки;

у девочек - юбка, блузка (платье), носочки, чешки.