**Как одеть ребенка на занятие?**

Очень важно, чтобы ребенок был тепло и легко одет: свитер, теплые колготки, куртк ,трикотажные брюки , а еще лучше — комбинезон из непромокаемой ткани; на ноги — обязательно толстые шерстяные носки, на руки — варежки. Шапочку, лучше вязанную на подкладке, чтобы не продуло уш , но не меховую. Очень удобен шлем, он надежно защищает и избавляет от необходимости укутывать ребенка шарфом. Чем более тренирован и закален ваш ребенок, тем легче должна быть его « экипировка».

**Памятка.**

Если у ребенка имеются какие — либо недомогания (насморк ,кашель, и тд.)сообщите об этом воспитателю, заниматься в таком состоянии не желательно.