

Сменная обувь в детском саду

Консультация для родителей

Подготовила: Дерюгина Ирина Андреевна,
воспитатель 1 категории

Не секрет, что в дошкольном учреждении воспитанники практически постоянно носят обувь — ну разве что спят босиком. Это требование призвано обеспечить должную гигиену и безопасность каждого ребенка:

- обувь амортизирует возможные удары со стороны падающих игрушек или предметов мебели на ногу ребёнка сверху и от валяющихся на полу кубиков или деталей конструктора снизу;
- пол может быть холодным;
- не забываем медицинские показания для ношения обуви — плоскостопие, косолапие и др.

Итак, сменная обувь для детского сада необходима. Что же выбрать? Чешки, кроссовки, кеды, сланцы, тапки, сандалии...

Помним, что обувь нам нужна для безопасности, поэтому сразу отмечаем все, что не прочно держится на ноге и, слетев, может причинить вред вашему ребёнку или окружающим детям - сланцы-шлепанцы в топку!

Далее. Рассуждаем логически. Ребёнок находится в садике практически целый день. И целый день ребёнок двигается. Т. е. обувь должна быть удобной, дышащей. Глухая, закрытая обувь для сменки не подходит - отмечаем кроссовки.

Чешки как сменную обувь для постоянного ношения исключаем по простой причине: это специальная обувь. Так что оставим чешки для музыкальных занятий, вернёмся к нашей сменной обуви.

Что у нас осталось в списке? Тапки, сандалии. Осталось выбрать модель — и вперёд! Помним, что ребёнок находится в сменной обуви достаточно длительное время, поэтому при выборе модели ориентируемся на следующие моменты:



Материал

Особенно важно обратить внимание на верх обуви — он должен быть сделан из дышащего материала: кожи, замши, текстиля. Перед покупкой нужно проверить внутреннюю поверхность туфель — там не должно быть грубых швов или неровностей. Периодически обувь нужно мыть, значит, текстиль не очень удобен.

Колодка.

Удобная именно вашему ребёнку. В тесной обуви у ребёнка может измениться свод стопы, появиться мозоли и врастания ногтей. Кроме того, в тесной обуви нарушается кровообращение, в итоге, ноги могут замерзнуть. Слишком свободная обувь также не желательна, так как она затрудняет движения, ребёнок чаще падает, нарушается осанка, появляются натертости. Обувь должна подходить по размеру. Стопа и пальцы не должны быть сдавлены. Нога должна быть прочно зафиксирована в обуви, наличие фиксированного задника позволяет удерживать пятку, и предотвращает отклонения наружу. Для нормальной осанки и правильного формирования свода стопы необходим небольшой каблук: оптимальная высота каблука 1 – 3 сантиметра. Длительное пользование обувью на высоком каблуке (и совсем без каблука) вредно. Да и безопасность ребёнка превыше всего.

Открытый или закрытый нос.

Закрытый, конечно, надёжнее (не так быстро оттопчут пальцы любимые согруппники). Чтобы не ушибить пальчики, носок обуви должен быть закрытый. Для лучшего вентилирования кожи предпочтительнее обувь с перфорированным верхом (или отверстиями в носочной части). В такой обуви ножки ребенка не потеют и остаются сухими.

Застежка.

Она должна быть достаточно проста, так как ребенку самому придется снимать и надевать обувь. Поэтому обувь стоит выбрать с застежкой на липучке.

Подошва.

Подошва на таких сандалиях должна быть гибкой и нескользящей. Недостаточная гибкость подошвы приводит к ограничению движений в суставах. При проверке обуви на гибкость, надо взять пяточную часть обуви и удерживать, а носочную поднять, достаточным будет, если угол окажется 25 градусов. А слишком мягкая подошва формирует плоскостопие. Еще одно обязательное правило для детской обуви, это наличие мягкой пористой подушечки на стельке под подъемом стопы. Данная конструкция необходима для решения проблем с плоскостопием и профилактики проявления этого заболевания в будущем развитии ребенка.

Итак, оптимальный выбор:



Лёгкие, удобные сандалии из натуральных материалов, с гибкой нескользящей подошвой, хорошо сидящие на ноге, с застежкой-липучкой.

А для занятий физкультурой лучше приобрести обувь на резиновой не скользящей подошве.



Дети - это самое дорогое, что у нас есть, и на здоровье ребенка экономить просто невозможно!

Будет здорово, если благодаря полезным советам Вы приобретёте качественную детскую обувь, и удачных покупок в будущем!