

«????????????? ?????????? ? ??????? ?????»

Прежде всего обувь должна соответствовать форме стопы ребенка, не нарушать ее естественного развития. Она должна быть легкой, удобной, не стеснять ноги во время ходьбы.

Учитывая быстрый рост ноги ребенка, обувь нужно приобретать строго по размеру. В осенне – зимний период она может быть на размер больше,

чтобы можно было пододеть теплый носок.

Неправильно подобранная по размеру обувь может явиться причиной многих заболеваний, как стопы, так и всего организма.

В конструкции детской обуви большое значение придается **??????** он обеспечивает устойчивое положение пятки

при движении. Задник делается прочным, не узким, он охватывает не только пятку, но и стопу.

Высота каблука детской обуви не должна превышать 1,5 – 2 см. С повышением каблука затрудняется ходьба, центр тяжести тела переносится назад. При этом понижается устойчивость при стоянии.

Обувь совсем без каблука может привести к развитию плоскостопия (болезненного состояния ног, при котором ребенку тяжело ходить, бегать, он быстро устает, становится вялым, капризным, отказывается играть со сверстниками).

Самая лучшая обувь для детей – **??????** Лакированные туфли для детей не рекомендуются, т.к. нога в них «не дышит».

Подбирая детям обувь, необходимо руководствоваться в первую очередь гигиеническими соображениями!!!

Несколько слов **? ????? ????** Малышам – дошкольникам, когда стопа еще неустойчива, нельзя носить обувь типа «босоножки» без задников и без носочков. Надо приобретать такую обувь, чтобы задник плотно обхватывал пятку, со шнуровкой или застежкой «на подъеме».

??? ?????? ?????????? ?????????? необходима специальная обувь – кеды или кроссовки на резиновой, нескользящей подошве, подобранная строго по размеру ноги, со шнуровкой. Не рекомендуются для длительной носки тапочки – «чешки» - они необходимы только для выполнения утренней гимнастики и музыкальных занятий.

?????? ????????