

Консультация для родителей

«Какую обувь покупать ребёнку».

Для каждой матери её ребёнок – это самое родное и любимое существо. Хочется уделять ему много внимания, защищать и давать лишь самое лучшее. Всех мам интересует вопрос, как подобрать обувь ребёнку.

Вот главные правила, которые нужно соблюдать при покупке детской обуви.

Размер. Задача сложная тем, что приобретать обувь необходимо довольно часто, так как нога ребёнка постоянно растёт. Не прибегайте к крайностям: обувь купленная «только-только» по размеру, быстро станет мала ребёнку. Обувь, купленная с очень большим запасом, - тоже не выход, так как в ней ножка будет постоянно скользить, ребёнку в ней будет неудобно, к тому же возрастает вероятность заработать травму. Запомните правило: запас в обуви равен примерно 1,5 см (для обуви на зимний сезон - немного больше).

Примерка. Очень удобно иметь «след» ребёнка – его ногу, обведённую на бумаге. С ним можно выбрать обувь без ребёнка. Во время настоящей примерки важно обращать внимание на то, удобно ли надевать эту обувь. Примерять обувь необходимо на обе ноги; поглядите на походку ребёнка: не стала ли она другой.

Подошва. Подошва обязательно должна быть гибкой, нескользкой и рифлёной. Амортизационная функция стопы во многом зависит от подошвы, так как если она не гнётся, то здоровый перекал с пятки на носок невыполним. Перед тем как выбрать ребёнку обувь, согните подошву рукой – подошва должна сгибаться без усилий.

Материал. Материал у качественной обуви должен быть «дышащим», а также натуральным. Это очень важно, потому что у малыша центры терморегуляции ещё не установились, и ноги от этого часто потеют: прогулка с мокрыми ногами может стать не только неприятной, но и опасной для здоровья. Также обратите внимание на растяжимость и пластичность материала, это придаст дополнительный комфорт.

Задник. Задник у обуви также очень важен: он должен быть довольно твёрдым, чтобы удерживать пятку, а также не позволять ей выворачиваться в сторону. Обязательно попробуйте сжать задник пальцами – это должно получиться.

Супинатор. На внутреннем краю подошвы должен быть бугорок – это супинатор, он помогает делать верный свод стопы, предотвращая

возникновения плоскостопия. При наличии косолапия супинатор
противопоказан.