

ГИГИЕНИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТСКОЙ ОБУВИ

Конструкция детской обуви, также как и одежды, ориентирована на конкретное предназначение (обувь повседневная, домашняя, спортивная) и продолжительность носки. Она должна создавать благоприятный микроклимат вокруг стопы, защищать от различных повреждений и обеспечивать нормальное развитие костного и мышечно-связочного аппарата стопы. Для того чтобы она не натирала ногу и не была причиной деформации и заболеваний стоп, необходимо учесть ряд условий.

- Правильно подобранная обувь не сжимает стопу, но не болтается на ней.
- Перед большим пальцем должно оставаться пространство 0,5-1 см, тогда ребенок сможет свободно шевелить пальцами ног.
- Подошва должна быть не очень жесткой, не ограничивать угол изгиба и обеспечивать максимальную подвижность передней части стопы.
- Задник, напротив, должен плотно охватывать пятку, обеспечивая ее максимальную стабильность, но не допускать скольжения стопы.
- Толщина и структура подошвы зависит от того, когда и где носится обувь.



Для сырых и холодных сезонов лучше всего подходит пористая резина. По своим теплозащитным свойствам она превосходит монолитную резину и кожу. К тому же такие подошвы гибкие и обладают противоскользящими свойствами.



Внутриобувной комфорт во многом определяется качеством стельки. Она должна быть выполнена из натуральных материалов, например кожи, и обладать высокой воздухо- и паропроницаемостью.

Детская обувь предусматривает каблук. Для дошкольников его высота составляет 5-10 мм.

При таких размерах происходит равномерное распределение нагрузки между передним и задним отделами стопы и обеспечение оптимальной рессорности. Каблук также защищает пятку от ушибов о почву. Обувь без каблука смещает нагрузку на задний отдел стопы и вызывает компенсаторское отклонение позвоночного столба от физиологической оси.



Важным элементом является крепление—застежка («липучка», шнурки, ремни, молния). Она должна быть надежной и не травматичной. Для дошкольников ношение обуви без застежки не желательно.



Зимняя обувь должна быть теплой.

Утепление создается утолщенной подошвой и использованием таких материалов, как мех (натуральный или искусственный), войлок, сукно, фетр.

До температуры – 10 С дети

могут носить ботинки или сапоги, утепленные синтетическим мехом, шерстяной или войлочной подкладкой.



В сырые осенне-весенние периоды допустима резиновая обувь или обувь с водонепроницаемой подошвой. Поскольку этот вид обуви обладает

низкой воздухопроницаемостью, то ему требуются стельки, хорошо впитывающие пот (войлочные, суконные). Рекомендуется ношение шерстяных носков, также хорошо поглощающих влагу.



Летняя обувь (сандалии, босоножки, легкие туфли) максимально открыты. Оптимальная кожаная подошва. Верх изготавливают из текстиля или других пористых тканей. Он часто имеет широко петлистый рисунок, что способствует хорошему проветриванию стопы и быстрому испарению пота.



Подготовила: старший методист С.Л. Головорушко