

## ***Выбираем башмачки по правилам***

Стопы крохи требуют особой заботы, чтобы не возникло плоскостопие с ворохом сопутствующих проблем — от головной боли до нарушения осанки.

### **Как же выбирать обувь?**

**1.Фирма.** В идеале это должна быть солидная торговая марка, где при изготовлении учтены и необходимые для детской ножки натуральные материалы, и климатические условия, и особенности строения стопы.

**2. Материал.** Обувь из натуральной кожи прочна и дает ножкам «дышать», а искусственные материалы непроницаемы ни для воздуха, ни для влаги. Если дорогие кожаные туфельки не по карману, купите малышу обувь с текстильным верхом при условии, что ее подкладка и стелька натуральные, а не искусственные — ведь тогда наружный «текстиль» теряет смысл.

**3.Стелька** должна быть рельефной (с супинатором) — это отличная поддержка для стопы.

**4. Каблук.** Когда пятка крохи приподнята хотя бы на 1,5-2 см., тяжесть тела равномернее распределяется по стопе, что обеспечивает правильное положение позвоночника и красивую осанку. В обуви на плоской подошве кроха шаркает ногами и сутулится, походка портится.

**5.Задник.** Ему полагается быть плотным. Если при нажатии на него рукой остаются вмятины, значит, это брак или товар низкого качества.

**6. Стык между подошвой и верхом обуви.** Прощупайте его по периметру: из-за небольшого зазора башмачки быстро выйдут из строя!

**7.Размер.** Ребенок обязательно должен примерить обувь! Если даже длина старых сандаликов совпадет с новой парой, это не значит, что форма обуви подойдет малышу. Ведь строение стопы у всех разное. Помните об этом, приобретая корейские и китайские туфельки. У наших малышек стопа шире, да и подъем выше.