

Требования к сменной обуви в детском саду

Выбираем сменную обувь для детского сада

Сменную обувь так называют только потому, что она является альтернативой уличной обуви внутри помещения. На деле же она носится едва ли не постоянно, ведь наши дети проводят в детском саду пять дней в неделю по 8-9 часов ежедневно — почти как на работу ходят. При этом они продолжают развиваться, в том числе и в плане физиологии. На их ножки и так приходится колоссальная нагрузка, а если её ещё усугубить неправильно подобранной обувью, это может привести к проблемам с ногами в дальнейшем. Именно поэтому сменке обычно уделяют много внимания.

Но что же выбрать — тапочки, кеды, кроссовки, туфли, босоножки? В этой статье расскажем о том, как выбрать сменку и на что обратить внимание.

Требования врачей

Обычно эти требования исходят от родных, врачей и воспитателей. Разберём эти аспекты по очереди. Некоторые бабушки по старинке считают, что для правильного развития стопы ножкам нужна только жёсткая обувь. Мол, высокий и жёсткий задник удерживает стопы в анатомически правильном положении, а закрытый носок убережёт детские пальчики от ударов и травм.

Современная доказательная медицина говорит об обратном — жёсткую обувь ребёнку назначает только ортопед и только после исследований.

Здоровым деткам врачи советуют подбирать такую обувь, которая не будет сковывать естественных движений. В моделях с зауженным или плоским носом пальцы не могут двигаться, а это чревато мозолями и застоем крови. В жёсткой обуви мышцы ног работают неправильно — представьте, будто вы залили ногу гипсом. Также при этом возникает лишняя нагрузка на коленные суставы.

При этом врачи настаивают, что обувь должна мягко облегать ногу. Правильная будет защищать пальчики и ноги, но при этом будет гибкой и легкой.

Хорошо, если эти новые ботинки будут для каждого ребенка. Переданная по наследству или купленная «бэушная» обувь чревата

кожными заболеваниями и возможным деформацией стопы, ведь у каждого человека своя индивидуальная походка.

Требования воспитателей

Что касается воспитателей, их главные требования — удобство надевания и лаконичный дизайн. С удобством всё понятно — дети часто ещё плохо умеют шнуровать ботинки, воспитателям приходится им в этом помогать. Если для одного сделать это несложно, то вот несколькими — уже получается долго. И таких переобуваний в течение дня бывает несколько. Представляете, какими тратами времени грозят шнурки или пряжки?

Требования к дизайну тоже нетрудно объяснить. Во-первых, пёстрые туфли со стразами-бантиками-бусинками отвлекают внимание от воспитательного процесса. Детям хочется их рассматривать и хвастаться — где уже тут до лепки или рисования? Во-вторых, это небезопасно. Такие мелкие элементы могут оторваться и оказаться во рту, носу или в ухе. А это уже напрямую ведёт к рискам для жизни и здоровья.

Обувь на шнурках сложна и для детей, и для воспитателей.

На что обратить внимание родителям

Одно дело — требования, а совсем другое — здравый смысл. Вот, на что следует обратить внимание взрослым при выборе детской сменки:

- **Вес обуви.** Чем легче ботинки, тем комфортнее в них будет малышу.
- **Температура в помещении и режим отопления.** Если в группе прохладно, тут лучше брать более закрытую обувь — например, мокасины или аттипасы. При этом дышащие аттипасы с носочком из хлопка подойдут также для теплого помещения.
- **Материал.** Выше мы уже говорили, что дети проводят в саду по 8-9 часов ежедневно. В синтетике и искусственных материалах им будет некомфортно — в них преют ноги. Лучше брать натуральную кожу, замшу или хлопок. Если вы отдали предпочтение резиновой обуви, пусть в ней будут небольшие отверстия для вентиляции.

Конечно, каждый родитель всегда будет смотреть обувь для ребёнка сам, ориентируясь на рекомендации врачей, воспитателей

или модных журналов. Ниже мы приведём наиболее распространённые варианты, покажем их плюсы и минусы.

Что не подходит для детского сада:

- **Тапочки.** Мягкие домашние тапочки никак не подойдут в качестве обуви для детского сада. Зачастую они слишком свободные и при активном движении слетают с ножек. Иногда тапочки не имеют задника, а значит не обеспечивают ноге нужной поддержки.
- **Шлепанцы.** Применяемые на пляже шлепки неприемлемы в качестве сменки по той же причине, что и тапочки. Они не имеют задника, а потому потенциально опасны, т.к. могут слететь на ходу.
- **Кроксы.** Они хоть и фиксируются сзади специальными ремешками, тоже не рекомендуется для сменки. Причина — в материалах. Кроксы выполнены из резины, а длительное и постоянное её ношение не рекомендуется.
- **Кеды и кроссовки.** Они для детсадовца будут неудобны в силу шнуровки — малыши могут с ней не справиться. К тому же эта обувь закрытого типа, в ней ногам при постоянном ношении становится жарко.

Какую обувь можно купить в сад:

Сандалии и босоножки. Это самый часто встречаемый вариант среди детсадовской обуви: в них нога дышит и не потеет, особенно с началом отопительного сезона. У них простая застежка — чаще всего это липучки. При этом лучше выбирать варианты из натуральной кожи. Обязательно осматривайте сандалики при покупке, ведь они бывают излишне жесткими и неудобными.

Мокасины или слипоны. Они мало весят и их легко надевать. В прохладный период в мокасанах будет теплее, нежели в босоножках. Но их советуют покупать только для детей постарше, которые уже лучше контролируют свои движения. Здесь тоже надо брать модели из натуральных материалов (кожа, текстиль) и проверять жесткость задника и подошвы.

Главное требование к обуви для прогулок — чтобы та крепко сидела на ножке.