**Как правильно выбрать обувь для ребенка?**

**Как правильно выбрать обувь для ребенка?**

Покупать ребенку обувь надо вместе с малышом. Минут 5-10 ребенок должен потоптаться в ней и сам решить, удобно ему или нет. <Заочная> покупка часто заканчивается обменом или сдачей обуви. Прежде чем купить ребенку ботинки, надо определиться не только с размером.

**Выберите:**

* **Материал.** Наиболее здоровый и долговечный материал - натуральная кожа. Она хорошо обеспечивает циркуляцию воздуха, быстро испаряется влага, к тому же кожа пластична и хорошо гнется. Однако современные искусственные материалы практически не уступают натуральным. Главное, чтобы материал был не слишком жестким, но и не слишком мягким. Практичны в носке материалы - спилок, барекс, нубук.
* **Размер.** Между носком ботинка и пальцами ребенка должен быть промежуток 1-1,5 см. Эта воздушная прослойка будет согревать ступню малыша. Обувь впритык ребенку покупать нельзя.
* **Супинатор.** Небольшой бугорок у внутреннего края подошвы - обязательное требование для детской обуви. Другими словами это называется анатомическая стелька. Без нее может развиться плоскостопие, уменьшиться подъем стопы, придется обращаться к врачам.
* **Задник.** Должен быть жестким, с закругленным верхом, цельным, без всяких вырезов и декоративных вставок. Идеально, когда он обшит эластичной лентой, она предохранит ножку от натирания. Если задник легко гнется, и на коже появляются складки, такая обувь будет натирать ножку ребенка.
* **Подошва.** Не должна быть плоской. У любых детских ботинок должен быть маленький каблучок. Он помогает правильно формировать походку ребенка. На первых ботинках крохи его высота не должна превышать 6-7 мм. А когда ребенок подрастает, начинает хорошо ходить, бегать, то каблук увеличивается. Подошва не должна быть скользкой, чтобы избежать падения. Поэтому выбирайте рифленую. А также, чтобы у ребенка не было проблем со стопой, подошва должна легко гнуться, повторяя все движения ножки.

**Первые шаги**

**С рождения и до года**

Обувь должна отличаться максимальной легкостью, мягкостью, удобством, минимальным количеством швов, легко закрепляться на ноге, так как стопа ребенка в этот период очень гибкая и подвижная, с узкой пяткой. Именно поэтому обувь для этого возраста обычно закрепляют на голени.

**От года до трех**

Малыш, начинающий ходить, стоит на раздвинутых и слегка согнутых ножках, походка неуверенная. Обувь должна быть эластичной и в то же время достаточно жесткой на пятке и в подсводной части. В ботиночках или туфлях для <первопроходцев> пяточная часть укреплена жестким задником, а носочная - подноском. И еще одно важное условие: лучше выбирать обувь на шнурках.

**От трех до семи**

В этот период нога начинает быстро расти, а дети - много ходить и бегать. Большое значение имеет эластичное обегание обувью самого широкого места стопы. Необходимо обеспечить полную свободу движения для маленьких пальчиков. Выбирайте модели с прочным жестким задником, в летней обуви допускается открытая носочная часть. Обувь должна закрепляться на стопе шнурками или ремешками. После семи лет нога у ребенка продолжает быстро расти: у мальчиков до 9 лет, у девочек до 8 лет. Кроме длины, увеличивается высота стопы в подъеме. Обувь для мальчиков и девочек этого возраста изготавливают на разных колодках, так как их стопы значительно отличаются друг от друга по размерам и форме.

Сейчас Вам известно всё о растущей детской стопе и о подходящей обуви для каждого возраста. Если, покупая детскую обувь, Вы будете вспоминать прочитанную информацию и учитывать ее, то Вы можете быть уверены, что делаете самое лучшее для здорового и естественного развития ступней Вашего ребёнка.