

## **Требования и рекомендации к школьной обуви**

Многие родители, готовя ребенка к учебному году, уделяют немало внимания форме одежды и канцтоварам, а вот выбору обуви не придают особого значения. Между тем, «правильная» школьная обувь – один из важнейших нюансов учебного процесса, влияющий на самочувствие ребенка, и, если хотите, на его успеваемость!

Под школьной обувью обычно подразумевается сменная – то есть та, в которой ребенок будет сидеть на уроках и двигаться на переменах. Для дороги в школу и обратно используется обычная уличная обувь по сезону, для занятий физкультурой – спортивная. Основную же часть учебного времени ребенок проводит именно в сменной обуви, на роль которой совершенно не годятся тапочки сродни домашним, резиновые шлепанцы или, наоборот, закрытые кроссовки. Как известно, детская обувь играет огромную роль в формировании детской стопы, осанки, хорошего самочувствия ребёнка и, наконец, развития вкуса, правильного отношения к своему внешнему виду.

### **Сменная школьная обувь должна быть:**

1. Легкой. В тяжелой обуви ноги будут уставать.
2. Удобной. Неудобная будет создавать дискомфорт, отвлекая внимание ребенка.
3. Выполненной из натуральных материалов, хотя бы с подкладочной стороны.
4. «Дышащей», но при этом не очень открытой.
5. Эластичной, не стесняющей движений.
6. Соответствующей размеру (плюс не более 10 мм «на рост»).
7. Эстетичной, гармонично сочетающейся со школьной формой.

Кроме того, сменная обувь должна иметь достаточно гибкую подошву, жесткий задник и хотя бы частично закрытый носок – это поможет избежать деформации стопы, а также возможных травм на переменах.

В конструкции детской обуви должен быть предусмотрен каблук разной высоты: для младших школьников — не более 20 мм; для старшей группы школьников — 20—30 мм.

Самое главное – туфли или сандалии, в которых ребенок проводит время в школе, должны ему нравиться!