Здоровое формирование стопы у ребенка – это залог здоровья не только ног, но и позвоночника. Вдвойне важнее то, какую обувь ребенок носит во время занятий по физической культуре, когда его стопа подвергается большим нагрузкам и нуждается в правильной фиксации и поддержке.

 Как правильно выбрать обувь для занятий по физической культуре:

-Материал внутренней части обуви должен быть преимущественно натуральным или перфорированным. В такой обуви стопа не будет скользить, потеть и раздражаться;

-Подошва, в особенности ее передняя часть, должна очень хорошо гнуться, обеспечивая стопе возможность выполнять свою работу полностью; также должна быть не скользкой.

-Обувь должна быть по размеру вашему ребенку.

-Обувь должна хорошо фиксироваться на стопе.

Бег, прыжки, резкие движения, которые дети выполняют на занятиях, обязывают родителей обеспечить безопасность ребенка!

Выбирайте такую обувь, в которой вашему ребенку будет комфортно!