Обувь для физкультурных занятий в ДОУ



КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Физинструктор.ру

Специальные требования

Специальные требования — это фиксация и амортизация, обеспечивающие безопасность и сохранность здоровья ребенка при беге, прыжках, резких движениях.



Для того чтобы обувь не скользила, в ней должен быть предусмотрен протектор, обеспечивающий сцепление с поверхностью покрытия спортивного зала.



Липучки и молнии хуже шнурков. Обувь на шнурках будет удобнее, если в ней предусмотрены крючки или кольца.



Физинструктор.ру

Специальные требования

Специальные требования — это фиксация и амортизация, обеспечивающие безопасность и сохранность здоровья ребенка при беге, прыжках, резких движениях.



Для того чтобы обувь не скользила, в ней должен быть предусмотрен протектор, обеспечивающий сцепление с поверхностью покрытия спортивного зала.



Липучки и молнии хуже шнурков. Обувь на шнурках будет удобнее, если в ней предусмотрены крючки или кольца.



Физинструктор.ру

Что учитывать при выборе?

Среди общих правил следует обращать внимание на следующие факторы:

- материал внутренней части обуви должен быть преимущественно натуральный и/или перфорированный. В такой обуви стопа не будет скользить, потеть и раздражаться;
- внешний материал носка при нажатии должен практически мгновенно возвращаться в прежнюю форму; подошва, в особенности ее передняя часть, должна очень хорошо гнуться, обеспечивая стопе возможность выполнять свою работу полностью;
- до 7 лет в обуви должен отсутствовать супинатор (обувь должна быть с абсолютно плоской стелькой);
- обувь должна быть по размеру вашему ребенку, длина по стельке не должна превышать длину стопы ребенка более, чем на 1 см;
- обувь должна хорошо фиксироваться на стопе.



Физинструктор.ру

Обувь для физкультурных занятий

Для того, чтобы подготовить ребенка к физкультурным занятиям в детском саду ему необходимо приобрести качественную спортивную экипировку.

Одним из важнейших элементов этой экипировки является обувь. Надо знать, что правильное формирование стопы у ребенка — залог здоровья не только его ног, но и позвоночника. Красивая походка, прямая осанка и здоровое будущее во многом зависят от того, какую обувь он носит. Особенно, какую обувь ребенок носит во время физкультурных занятий, когда его стопа подвергается большим нагрузкам и нуждается в правильной фиксации и поддержке.



Для того, чтобы правильно выбрать своему ребенку обувь, необходимо учитывать как общие требования к детской обуви, так и специальные требования, к обуви для занятий физической культуры.