

# Чешки на музыкальных занятиях

Очень часто родителей маленьких детей волнуют такие вопросы:

1. Зачем для музыкальных занятий в детском саду нужны чешки?

2. Не вредна ли эта обувь для не окрепших ножек малыша с ортопедической точки зрения?

Для любых случаев жизни обувь, прежде всего, должна быть удобной и музыкальные занятия в детском саду не исключение. Но одно красивое движение или просто шаг не удастся сделать без подходящей для этого обуви, занятия вместо удовольствия будут вызывать отрицательные эмоции и портить настроение вашему ребёнку.

**Чешки** – специальная обувь для музыкально-ритмических занятий и танцев. Именно поэтому чешки занимают одно из ведущих мест при подготовке к музыкальным занятиям.

У них лёгкая, гибкая подошва, которая не скользит и позволяет детям безопасно бегать, прыгать, выполнять танцевальные движения. Эта обувь позволяет защитить ногу вашего ребёнка от возможных механических повреждений и в тоже время не затрудняет движение, полностью раскрепощает стопу, позволяет правильно выполнять задаваемые упражнения.

Никто не спорит, что ребёнку необходимо правильное формирование стопы и для этого носят обувь с чётко фиксированной пяткой и подошвой. Но на музыкальных занятиях дети выполняют различные движения, где им нужна гибкая стопа. В обуви с супинаторами, толстой подошвой, фиксированной колодкой дети будут неестественно выворачивать ноги. От этого, в первую очередь, будет страдать позвоночник., и что самое неприятное – возможны травмы. С медицинской точки зрения, ношение чешек на время музыкальных занятий вреда здоровью детей нанести не может, а вот если ребёнок будет носить чешки как сменную обувь в детском саду, проблемы могут возникнуть...

Использование чешек на **музыкальных занятиях** и вовремя праздников помогает детям двигаться легко и безопасно в соответствии с инструкцией по охране жизни и здоровья детей.

Некоторые **родители сомневаются**, что **чешки** будут плохо сочетаться с красивым, праздничным нарядом.

Именно этот момент даёт волю вашей фантазии и вы можете придумать различные украшения для чешек. Например, в виде бантика или цветка, украсить стразами, которые будут сочетаться с платьем или костюмом.

Правильный выбор чешек для ребёнка – едва ли не основная составляющая при обучении и выступлениях. **Чешки** – это та же обувь и приобретать их необходимо строго в соответствии с правилами. Они должны быть мягкими и предельно комфортными. Только тогда в процессе ношения не будет никаких проблем – **чешки** прослужат долго и не подведут в самый ответственный момент.

Несколько советов, как правильно выбрать **чешки**

Совет 1:

Нужно внимательно осмотреть внешний вид чешек, заглянуть внутрь и проверить крепость швов. На **чешках** не должно быть никаких лишних строчек и уплотнений. Особое внимание стоит уделить стельке, она должна быть мягкой, что позволит детям ходить удобно.

Совет 2:

Обязательно примеряйте **чешки на обе ножки**. Ножка в **чешке** должна лежать достаточно свободно, не сжимая стопу в пальцах. Задник чешек должен быть цельным, без вырезов.

Совет 3:

Дайте ребёнку походить в **чешках**. Ни в коем случае **чешки** не должны спадать с ножки и ребёнок не должен почувствовать дискомфорт.

Совет 4:

Если вы хотите приобрести **чешки «на вырост»**, то рекомендуется покупать **чешки** с запасом не больше чем на 0.3 – 0.5 см. в этом случае понадобится дополнительное крепление – «**резиночка**», которая будет фиксировать стопу ребёнка и не даст **чешке упасть с ножки**. Пришить можно обычную бельевую резинку соответствующим образом.

### Совет 5:

Если у Вас перед покупкой чешек возникли вопросы о том, являются ли **чешки** качественным продуктом фабричного производства, а продуктом неизвестного происхождения, то тут выход один. Смело просите предъявить вам соответствующие сертификаты из государственных центров сертификации и стандартизации.

### Совет 6:

**Хранить чешки желательно в**

отдельном полотняном мешочке.

Как правильно пришить к **чешкам крепление «резиночку»**

1. Нужно сложить пятку **чешки**, к стельке (*стельку не вынимать*).

2. В местах сгибов пятки и пришивается *«резиночка»*.

Желаем вашим детям достичь больших успехов в постижении танцевальных движений и танцев, получая от этого только положительные эмоции.