# Сменная и спортивная обувь для школьника: как правильно выбрать

Для сохранения и укрепления здоровья ребенка очень важно уделять внимание не только одежде, но и обуви.

Для сохранения и укрепления здоровья ребенка очень важно уделять внимание не только одежде, но и обуви.  
Родителям важно знать, что детская обувь должна отвечать всем гигиеническим требованиям, быть удобной, а самое главное – безопасной и безвредной.

Техническим регламентом Таможенного союза «О безопасности продукции, предназначенной для детей и подростков» ТР ТС 007/2011 предусмотрен ряд требований к безопасности обуви, соблюдение которых обеспечивает тот факт, что продукция не нанесет вред здоровью ребенка.  
Первое, на что необходимо обратить внимание – на маркировку изделия. Именно информация, указанная в маркировке (для обуви это информация о размере, модели или артикуле изделия, материале верха, подкладки и подошвы, условиях эксплуатации и ухода за обувью), поможет сделать правильный выбор.

Основное требование к детской обуви – качество плюс безопасность. Для детей противопоказана узкая обувь с острыми мысами. Выбирать надо обувь с круглыми мысами, в которой пальцы ног искусственно не стеснены.

Для детей предпочтительно использовать обувь из натуральных материалов: кожи или качественного «дышащего» текстиля. Натуральные материалы обладают замечательным свойством адаптации к анатомической форме детской ноги.

Материалы обуви должны быть прочными, обладать низкой теплопроводностью (для зимней обуви), хорошей воздухопроницаемостью, защищать от сырости, охлаждения, обморожения и механических воздействий.

Конструкция обуви должна иметь достаточную вентиляцию, предотвращающую перегревание стоп и потливость. Материал обуви при носке должен обеспечивать оптимальный микроклимат вокруг ног.  
Большинство физико-химических свойств можно оценить, внимательно осмотрев изделие.  
Спортивная обувь должна быть удобной, легкой, прочной, мягкой и эластичной. Она должна иметь хорошую водоупорность, достаточную вентилируемость, после увлажнения не терять гибкость и не изменять форму и размеры. Спортивная обувь должна соответствовать погодным условиям и особенностям занятий различными видами физических упражнений и спорта.  
Важное значение имеет форма спортивной обуви. Она должна равномерно облегать стопу, не сдавливать мягкие ткани стопы; не причинять боль как в состоянии покоя, так и при движении; не ограничивать движения в суставах, а также обеспечивать максимальную свободу движений.  
Учитывая специфику среды при занятиях некоторыми видами спорта, во многих конструкциях спортивной обуви применяются специальные защитные накладки, щитки и прокладки, жесткие подноски, задники и подошвы, амортизирующие прокладки.

Для изготовления спортивной обуви применяются различные материалы: кожа, ее заменители, мех, резина, тонкий брезент, парусина и др. Лучшим материалом для верха обуви считается натуральная кожа. Покрой обуви должен обеспечивать не только максимальную свободу движений, дыхания и кровообращения, но и быстроту надевания и снимания.

Будьте внимательны при покупке детской обуви. Прежде, чем сделать выбор, внимательно изучите информацию на этикетке и упаковке товара.