


A decorative header featuring a black musical staff with five lines. Various colorful musical notes are scattered across the staff: a red note, a purple note, a yellow note, a blue note, and a green note. The notes are stylized and appear to be floating or moving across the staff.


## "ЧЕШКИ ДЛЯ МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ"

Каждый из нас наверняка помнит, что в детстве на занятия музыкой в детском саду приходилось надевать чешки. Как ни удивительно, это правило действует и сейчас. Почему же? Ведь сейчас такой большой выбор обуви для детей: туфельки, сандалии, босоножки и многое другое! Для любых случаев жизни обувь, прежде всего, должна быть удобной. Музыкальные занятия в детском саду не исключение. Красивые движения или упражнения не удастся сделать без подходящей для этого обуви. Именно поэтому чешки занимают одно из ведущих мест на музыкальных занятиях и праздниках.

Чешки – специальная обувь для музыкально-ритмических занятий и танцев. 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. Использование чешек на музыкальных занятиях помогает детям двигаться легко и безопасно в соответствии с инструкцией по охране жизни и здоровья детей. 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.

A decorative footer featuring a black musical staff with five lines. Various colorful musical notes are scattered across the staff: a red note, a purple note, a yellow note, a blue note, and a green note. The notes are stylized and appear to be floating or moving across the staff.



«Хорошо, – скажите Вы, – пусть занимаются в чешках, а на праздник мы купим красивые туфельки». Ни в коем случае! На празднике дети выполняют то же самое, что и на занятиях, только в театрализованном оформлении и красивом платье или костюме, а нагрузки остаются прежними. Дело не только в нагрузке. Подошва туфель обычно сильно скользит по полу, или ковру. Вместо того чтобы наслаждаться своим танцем, ребенок переживает, как бы ни упасть. Кроме того, жёсткой подошвой туфельки можно наступить на ногу ребёнку, которому выступает в чешках.

Некоторые родители сомневаются, что чешки будут плохо сочетаться с красивым, праздничным нарядом. Именно этот момент даёт волю вашей фантазии. Вы можете сами придумать различные украшения для чешек (в виде бантика или цветка, украсить стразами, ленточками).

Чешки – это та же обувь и приобретать их необходимо строго в соответствии с правилами. Они должны быть мягкими, предельно комфортными, должны плотно сидеть на ноге и не соскакивать. Тогда чешки прослужат долго и не подведут в самый ответственный момент.

Несколько советов, как правильно выбрать чешки:

-Нужно внимательно осмотреть внешний вид чешек, проверить внутри крепость швов. На чешках не должно быть никаких лишних строчек и уплотнений. Особое внимание стоит уделить стельке, она должна быть мягкой.

-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.

-Чешки не должны спадать с ножки и ребёнок не должен почувствовать дискомфорт.

Итак, чешки – это удобно, безопасно и красиво!

