

*Подготовила:  
музыкальный руководитель БАРТЕНЕВА Т.В.*

## *Консультация: ЧЕШКИ НА МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЯХ В МБДОУ*

Каждый из нас, наверное, помнит, когда ходили в детский сад, на занятия музыкой приходилось надевать чешки. Как ни удивительно, это правило действует и сейчас. «Почему же? – спросите Вы – Ведь сейчас такой большой выбор обуви для детей, есть намного красивее: туфельки, сандалии, босоножки и многое другое?»

А дело вот в чем. На музыкальных занятиях дети осваивают несколько видов деятельности. Одной из них является музыкально-ритмическая деятельность – танцы. В обычной обуви выполнять танцевальные движения очень неудобно, а иногда и невозможно. Подошва в такой обуви жесткая, нога часто перетянута ремешком, нередко очень широким (особенно у мальчиков). А ведь танец предполагает легкость движений, дети активно двигаются по залу: подпрыгивают, бегают. Неудобные и довольно тяжелые сандалии увеличивают нагрузку на детские ножки.

«Хорошо, – скажите Вы, – пусть занимаются в чешках, а на праздник мы купим красивые лаковые туфельки». Ни в коем случае!

Почему?

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, важен и эстетический план. При исполнении танца музыку заглушает шум топаящих ножек, разноцветные туфельки отвлекают внимание. Кроме этого, подошва выходных туфель обычно сильно скользит по паркетному полу. Вместо того чтобы наслаждаться своим танцем, ребенок переживает, как бы ни упасть, что часто и случается в таком случае.

Итак, танцевальная обувь (чешки) – это удобно, безопасно и красиво.

### *Как же выбрать хорошие чешки?*

- 1. Обращайте внимание на внутреннюю поверхность чешек, а также на стельку. Стелька должна легко выниматься и быть приятной на ощупь. Внутренние швы чешек не должны быть грубыми и жесткими.*
- 2. Уделите особое внимание подошве чешек. Согните подошву в носочной части. Она должна быть гибкой, иначе суставы стопы будут ограничены в движении, что может вызвать дискомфорт, а это недопустимо.*
- 3. Внешний вид чешек и балеток должен быть идеальным. Не допускаются заломы, обрывы ниток, кривые строчки, пропуски стежков, утолщения в швах, пятна и складки.*

Каждый из членов педагогического коллектива расписывается в приказе за ответственность по сохранению жизни и здоровья детей, а также в приказе по соблюдению техники безопасности.

Т.е. соответственно, мы должны обеспечить технику безопасности не только личную, но и детей, приходящих на занятие.

В процессе занятия ребенок двигается, иногда интенсивно. Если у него неудобная обувь - открытые сандалии на липучках, шлепки, туфли со скользкой подошвой, а тем более на каблучке и т.п. - где гарантия, что он не упадет и не получит травмы? Это же касается и праздников - ребенок в процессе праздников двигается, бежит, прыгает. Чешки - обувь мягко фиксированная при помощи эластичного верха, вследствие чего нога может свободно сгибаться, легкая, с нескользкой подошвой, что соответствует технике безопасности. Мы не в праве отказать подписывать приказ о сохранении жизни и здоровья детей - тем самым беря ответственность на себя.






### *Гигиенические требования к одежде и обуви ребёнка, посещающего МБДОУ.*

Требования к детской одежде и обуви установлены санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами "Гигиенические требования к одежде для детей, подростков и взрослых, товарам детского ассортимента и материалам для изделий (изделиям), контактирующим с кожей человека. СанПиН 2.4.7/1.1.1286-03", утвержденные Главным государственным санитарным врачом РФ 17.04.2003, а также техническим регламентом Таможенного союза "О безопасности продукции,



предназначенной для детей и подростков. ТР ТС 007 / 2011", принятым решением Комиссии Таможенного союза от 23.09.2011 № 797.

*К основным нормируемым показателям одежды и обуви относятся:*

-  удобство конструкции;
-  гигроскопичность;
-  воздухопроницаемость;
-  напряженность электростатического поля;
-  химическая безопасность (отсутствие выделения формальдегида и др. летучих веществ, тяжелых металлов).

При выборе одежды родителям рекомендуется руководствоваться следующими ориентировочными критериями:

- вложение химических волокон (ПЭ, ПАН) не должно превышать 20% для первого слоя одежды (непосредственно контактирующего с кожей) и более 40% - для второго слоя одежды.

Выбирать детскую обувь, особенно используемую в качестве сменной, необходимо с учетом следующих рекомендаций:

- 1) обувь не должна быть зауженной в носочной части, поскольку это приводит к деформации большого пальца;
- 2) чрезмерно свободная обувь также оказывает отрицательное влияние - могут появиться потертости, мозоли;
- 3) подошва обуви должна быть гибкой;
- 4) высота подошвы не должна быть более 0,7 см.
- 5) обувь должна иметь фиксированный задник (это позволяет прочно удерживать пяточную кость и предотвращает ее отклонение наружу);
- 6) обеспечивать прочную фиксацию в носочной части (открытый носок в сменной обуви не способствует устойчивому положению стопы и создает угрозу травматизма пальцев);
- 7) обеспечивать прочную фиксацию голеностопного сустава стопы;
- 8) в сменной обуви не допускается использование стелек с выпуклостью в подсводном пространстве.

**Не рекомендуется использовать в качестве сменной обуви туфли типа "лодочки", домашние тапочки, кроссовую обувь, туфли с нефиксированным задником.**

*Запрещается использовать при ношении следующие варианты одежды и обуви:*

- спортивную одежду и обувь (кроме занятий по физической культуре и спортивных мероприятий);
  - пляжную одежду и обувь;
  - одежду бельевого стиля;
  - одежду из кожи (кожзаменителя), плащевой ткани для ношения в групповом помещении;
  - туфли на чрезмерно высоком каблуке (допустимая высота каблука для девочек не более 5 мм);
  - одежду, характеризующую принадлежность к религиозным конфессиям
- одежду, обувь и аксессуары с травмирующей фурнитурой.*

### **ЧЕШКИ И ДЕТИ**

Очень часто родителей маленьких детей волнуют такие вопросы:

Зачем для музыкальных занятий в детском саду нужны – чешки?

Не вредна ли эта обувь для неокрепших ножек малыша с ортопедической точки зрения?

Дорогие родители, я постараюсь ответить на эти вопросы кратко, но информативно.

Для любых случаев жизни, обувь прежде всего должна быть удобной и музыкальные занятия в детском саду не исключение из этого правила. Ни 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 малышу.



Чешки – специальная обувь для музыкально – ритмических занятий и танцев. Именно поэтому чешки занимают одно из ведущих мест при подготовке к музыкальным занятиям. У них легкая, гибкая подошва, которая не скользит и позволяет детям безопасно бегать, прыгать, выполнять танцевальные движения. Что не мало важно, материал из которого шьют чешки – натуральная кожа, поэтому ножка вашего ребенка не будет потеть. Одно из свойств кожи – растяжение, поэтому со временем, чешка приобретет индивидуальные особенности стопы вашего ребенка и будет сидеть максимально комфортно. Эта обувь позволяет защитить ногу вашего ребенка от возможных механических повреждений и в то же время не затрудняет движение, полностью раскрепощает стопу, позволяет правильно выполнять задаваемые упражнения.

Никто не спорит, что ребенку необходимо правильное формирование стопы и для этого носят обувь с четко 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 ваших детей нанести не может, а вот если ваш ребенок будет носить чешки как сменную обувь в детском саду, проблемы могут возникнуть...

Использование чешек на музыкальных занятиях и во время 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 платьем. Именно этот момент дает волю вашей фантазии и вы можете придумать различные украшения для чешек. Например, в виде бантика или цветка, украсить стразами, которые будут сочетаться с вашим платьем или костюмом и т. д.

### *ДЕТСКАЯ ОБУВЬ ДЛЯ МУЗЫКАЛЬНЫХ ЗАНЯТИЙ И ПРАЗДНИКОВ.*

Занятие является весьма ответственной деятельностью, во время которой детям нужно сосредотачиваться только на упражнениях, будущих достижениях и рекомендациях руководителей. Естественно,

соответствующее «обмундирование» должно способствовать нормальным тренировкам и урокам танцев, не отвлекая от дела.

Чешки являются обувью, используемой, как правило, для двух видов деятельности ребенка – танцы и спорт. Они считаются самой удобной и легкой обувью для занятия физической культурой и танцами.

Данная обувь помогает защищать ногу ребенка от возможных механических повреждений, но в то же время не затрудняет движение, полностью раскрепощает стопу и позволяет правильно выполнять задаваемые упражнения.

Ребенку необходимо правильное формирование стопы, для этого и носят обувь с четко фиксированной подошвой.

Но на музыкальных занятиях дети встают на носочки, бегают, выполняют различные музыкально-ритмические движения, им нужна гибкая, подвижная стопа, поэтому детям и необходимы чешки.

У чешек легкая, гибкая подошва, которая не скользит, позволяет детям безопасно бегать, прыгать, выполнять танцевальные движения.

Использование чешек на занятиях и во время праздников помогает детям двигаться легко и безопасно в соответствии с инструкцией по охране жизни и здоровья детей. Это предусмотрено медициной, и помимо занятий музыкой и физкультурой чешки в дошкольных учреждениях не носят.

Некоторые родители сомневаются, будут ли чешки сочетаться с красивым, праздничным платьем.

Конечно, будут, – если подойти к этому вопросу с фантазией и творчеством. Просто многие мамочки перестали готовить костюмы детям, купят платье и туфли – и вся подготовка. А будет ли удобно ребенку танцевать в совершенно новой, непривычной обуви? Согнется ли его стопа, не будет ли грохот туфель заглушать веселую или нежную музыку танца? Ведь чешки можно красиво обшить и украсить – в зависимости от цвета платья, костюма или роли вашего ребенка, в них им будет привычно, комфортно и удобно – ведь именно в них дети постоянно двигаются на музыкальных занятиях. Доставьте своему ребенку привычный комфорт и удобство передвижения, украсив чешки к празднику.