

Kai Jūsų kūdikis pradeda vaikščioti palei baldus ir žengti pirmuosius žingsnius, svarbu pagalvoti, kokius batus jis avės. Pėda yra sudėtinga struktūra, ją sudaro 26 kaulai. Šie kaulai yra skirti palaikyti visą kūną, prisitaikyti prie nelygių paviršių ir sugerti smūgius kiekviename žingsnyje. Kūdikio pėdoje yra daugiau kremzlių nei kaulų. Nors pėdos struktūra visiškai išsivysto iki 2 metų amžiaus, patys kaulai dar vystosi ir kietėja iki maždaug 18 metų.

Vaikai mokosi vaikščioti, sugriebdami pirštais žemę, taip jie stiprina kojas ir pėdų skliautą. Taigi namuose patariama palikti vaiką basą, kad pėda natūraliai vystytųsi. Tačiau kai paviršiai nelygūs, reikia dėvėti batus, kad apsaugotumėte pėdas ir ji formuotųsi taisyklingai.

Vaikiškų batų rekomendacijos

- ✓ Batai turėtų būti lengvi ir lankstūs, kad palaikytų natūralų pėdos judėjimą ir stabilų atramos pagrindą.
- ✓ Batai turėtų būti pagaminti iš odos arba tinklelio, kad kūdikio kojos galėtų kvėpuoti.
- ✓ Batai turi turėti guminius padus, kad nebūtų slidūs.
- ✓ Standi ir gniuždanti avalynė gali deformuoti pėdą, ją susilpninti ir sumažinti mobilumą
- ✓ Batų padas turi gerai atlikti amortizacijos funkciją, nes vaikai daug dalyvauja aktyvioje veikloje (bėgioja, šokinėja).

Batų dalis:

Viršutinė dalis:

Turėtų būti pagaminta iš odos, ar naujesnių tinklinių medžiagų. Vaikų kojos labai prakaituoja, o viršutinė batų dalis turėtų būti pagaminta iš kvėpuojančių medžiagų. Oda leidžia pėdai kvėpuoti. Batų priekis turėtų būti platesnis nei prie kulno. Venkite batų su smailiais pirštais, nes tai gali apriboti judesį ties pirštais. Taip pat priekis (bato dalis, dengianti pėdą) turi būti pakankamai aukštas, kad pėda neišslystų iš bato. Jis turi būti pagamintas iš lanksčios medžiagos, kad netrukdytų čiurnos sąnariui laisvai judėti. Tačiau padas, turi būti kietas, jeigu suėmus už pado, batas susisuka, reiškia pėdai nebus suteiktas stabilumas.

Kulnas:

Šoninį kulno stabilumą turi užtikrinti standi pado siauruma (į padą turėtų būti įsiūta maža metalinė plokštelė, stabdanti šoninį sukimą) ir standus kulno įklotas.



Batas turi plačiai atsivarstyti, kad jį būtų lengva apmauti ir numauti. Batų raišteliais lengviau reguliuoti užveržimą ir užtikrinti, kad batas tinkamai laikysis ant pėdos.



Prieš perkant vaikui batus, leiskite jam pamatuoti ir pabėgioti, taip pamatysite ar batai tinka Jūsų vaikui ar yra patogūs.



Pėdos turi didelį įtaką vaiko laikysenos formavimui, todėl būkime rūpestingi vaikų pėdoms, rinkimės tinkamą avalynę.



Venkite, kad Jūsų vaikas kiekviena dieną avėtų „kroksus“, platus padas nesuteikia pėdai stabilumo, dėl ko sutrinka pėdos vystymasis.