

Правила выбора школьного портфеля

И снова в дождик и в метель

Со мной шагает мой портфель...

Формирование и сохранение красивой фигуры и правильной осанки тела у детей - актуальная проблема здоровья. Одной из причин формирования неправильной осанки является школьный портфель. Поэтому к его выбору стоит отнестись серьезно. Вес школьного портфеля и другие его параметры регламентируются санитарными правилами СанПиН 2.4.7.1166-02.

Вес школьных ранцев, портфелей и аналогичных изделий должен быть для обучающихся начальных классов не более 600-700 грамм и для обучающихся средних и старших классов — не более 1000 грамм.

Безопасный для здоровья детей и подростков вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не должен превышать: для учащихся 1-2-х классов — более 1,5 кг, 3-4-х классов — более 2 кг; 5-6-х классов — более 2,5 кг, 7-8-х классов — более 3,5 кг, 9-11-х классов — более 4,0 кг.

В качестве ориентировочного теста для проверки соответствия веса ранца с учебниками и тетрадями нормативным требованиям используется вычисление отношения веса ранца к весу ребенка. Оптимальное соотношение составляет 1:10. Такой подход учитывает и индивидуальные возможности ребенка.

Ранец должен иметь достаточную формоустойчивость, обеспечивающую его полное прилегание к спине обучающегося и равномерное распределение веса, а для детей начальных классов ранцы обязательно должны быть снабжены формоустойчивой спинкой.

Портфели, школьные ранцы и аналогичные изделия для детей должны быть безопасны для здоровья детей и отвечать требованиям безопасности по органолептическим, санитарно-химическим, физико-гигиеническим и токсиколого-гигиеническим показателям

Материал для изготовления ранцев должен быть легким, прочным, с водоотталкивающим покрытием, удобным для чистки. Соприкасающиеся с кожными покровами учащихся конструктивные элементы ранцев, рюкзаков, портфелей не должны оказывать местного кожно-раздражающего действия. Материал, из которого изготовлены плечевые ремни, должен быть эластичным. При использовании жесткого материала рекомендуются специальные накладки.

Кроме того. Ученические портфели и ранцы должны иметь детали со светоотражающими элементами на передних и боковых поверхностях.

Использование ранцев ученических для переноски учебников, тетрадей, пеналов, письменных принадлежностей более целесообразно, чем портфелей. Переноска книг и ученических принадлежностей в ранце на спине способствует более равномерному распределению нагрузки и формированию правильной осанки.