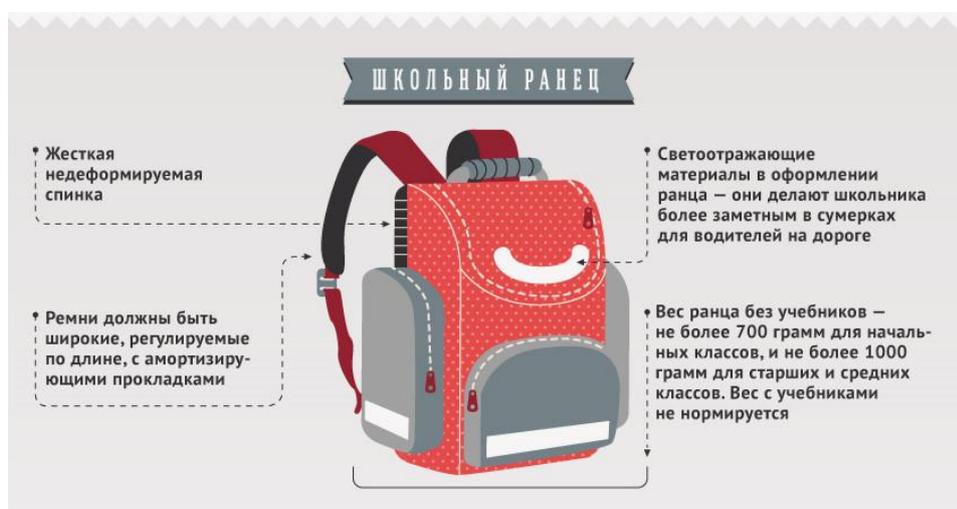


## Как выбрать школьный рюкзак



В настоящее время актуальной проблемой здоровья у детей стала проблема формирования правильной осанки тела. Важным аспектом является выбор школьного рюкзака, соответствующего требованиям.

Техническим регламентом Таможенного союза «О безопасности продукции, предназначенной для детей и подростков» (ТР ТС 007/2011) регламентируются размеры, вес, конструкция, показатели санитарно-химической, токсикологической безопасности материалов, из которых изготовлены ученические портфели и ранцы.

Маркировка ученических ранцев и портфелей и рюкзаков должна содержать информацию о возрасте пользователя.

Вес портфелей, школьных ранцев и аналогичных изделий без учебников должен быть для обучающихся начальных классов не более 700 грамм и для обучающихся средних и старших классов – не более 1000 грамм.

Ученические ранцы для детей младшего школьного возраста должны быть снабжены формоустойчивой спинкой, обеспечивающей его полное прилегание к спине обучающегося и равномерное распределение веса.

Требования, предъявляемые к размерам ранцев для обучающихся начальных классов, следующие:

- длина (высота) – 300 – 360 мм,
  - высота передней стенки – 220 – 260 мм,
  - ширина – 60 – 100 мм,
  - длина плечевого ремня – не менее 600 – 700 мм,
  - ширина плечевого ремня в верхней части (на протяжении 400 – 450 мм) – не менее 35 – 40 мм.
- Допускается увеличение размеров не более чем на 30 мм.

Основные гигиенические требования к учебным изданиям предъявляются к качеству бумаги и полиграфических материалов, печати, набора, формата, переплета, предъявляются требования к весу и шрифтовому оформлению с целью обеспечения удобочитаемости и соответствия веса изданий функциональным возможностям организма учащихся в целях снижения зрительной нагрузки в процессе чтения, предупреждения развития зрительного и общего утомления.

Важно отметить, что особое внимание необходимо уделять качеству учебного издания для детей младшего школьного возраста, что связано с возрастными особенностями функции зрительного анализатора, адаптацией нервной системы к образовательному процессу, развитием у них навыка чтения.

Учебная литература должна отвечать возложенным на нее задачам, но при этом обеспечивать сохранение здоровья подрастающего поколения.

Требования к школьным учебникам касаются как веса, так и оформления книг. Появление множества обучающих программ привело к тому, что школьные учебники приобрели самые различные форматы и расцветки. Количество страниц в учебниках год от года растет, книги тяжелеют. При этом вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не должен превышать:

для учащихся 1 – 2-х классов – не более 1,5 кг;

3 – 4-х классов – не более 2 кг;

5 – 6-х классов – не более 2,5 кг;

7 – 8-х классов – не более 3,5 кг;

9 – 11-х классов – не более 4,0 кг.

Ученические портфели и ранцы должны иметь детали и (или) фурнитуру со светоотражающими элементами на передних, боковых поверхностях и верхнем клапане и изготавливаться из материалов контрастных цветов. Материал для изготовления ранцев должен быть легким, прочным, с водоотталкивающим покрытием, простым в чистке и уходе, чтобы при необходимости его можно было легко помыть.

Помощник врача по общей гигиене

А.А. Косткина

Главный врач

А.А. Карманов