

# *Тайна школьного портфеля (проект)*



Смагина Ольга Николаевна  
учитель начальных классов  
ГБОУ школы-интернат №113 г.о.Самара

## *Цель работы :*

Выяснить, безопасен ли школьный портфель для нашего здоровья.

# *Задачи:*

1. Изучить историю портфеля
2. Узнать какие гигиенические требования предъявляются к школьному портфелю, и как тяжелый ранец влияет на здоровье ребенка.
3. Выяснить каким должен быть портфель, чтобы не навредить нашему здоровью.
4. Разработать рекомендации для учителей, школьников и их родителей необходимые для решения данной проблемы.

# *История портфеля*

Ранец привыкли считать принадлежностью школьника. На самом-то деле этот предмет пришёл к детям из армии.



Потом портфель  
носили только  
дети богатых  
родителей,  
которые учились  
в гимназиях. Он  
был из черной  
кожи.





**После Великой Отечественной войны дети ходили в школу с полевыми сумками, доставшимися от вернувшихся с фронта родственников.**



**Позднее появились советские портфели.**

# Портфели на картинах известных художников



С.А. Григорьев  
«Вратарь»  
1949 г



Ф.П. Решетников  
«Опять двойка»  
1952 г

В 60 годы портфели были  
все как один –  
из коричневого  
кожзаменителя.



А во второй  
половине 80х  
старшеклассники  
обзавелись  
«дипломатами» -  
жесткими узкими  
чемоданчиками черного  
или коричневого цвета



# Наши рюкзаки

На смену дипломатам  
пришли портфели  
необычной формы –  
вертикальные сумки с  
ремешком через плечо.

Само слово «ранец»  
постепенно выходит из  
употребления, уступая  
место слову «рюкзак».  
Сегодня ассортимент их  
велик.



**Памятник простому  
школьному портфелю  
установлен в  
Белгородской области**



# *Угроза за спиной*



Медицинские работники утверждают, что у детей 6-9 лет осанка неустойчивая. Тяжёлый ранец - первый кирпичик к неправильной осанке. Плохая осанка затрудняет дыхание и кровообращение, ребёнок быстрее устаёт. А ещё согнутая спина и перекошенные плечи могут довести ребёнка до ухудшения зрения



# «Правильный» портфель - ранец.

Залог здоровья – лёгкий ранец с жёсткой ортопедической спинкой.

Ширина ранца- ширина плеч ребёнка, верхний край – не выше плеч, нижний – не ниже поясницы.

Материал- лёгкая водонепроницаемая ткань со светоотражающими полосками.

Регулируемые лямки шириной 8 см.

Отделения - кармашки





# **Дорогие родители!**

Не покупайте тяжелые портфели  
и громоздкие школьные принадлежности;  
контролируйте содержимое ранца ребёнка



## **Ребята!**

- не носите лишнего в ранцах;
- всё, что нужно на урок труда, рисования и физкультуры можно оставлять в классе;
- регулярно занимайтесь физкультурой, физические упражнения укрепляют мышцы и скелет.



# *Уважаемые учителя*



- - при составлении школьного расписания учитывайте гигиенические требования к весу ежедневных учебных комплектов;
- - создавайте условия для хранения принадлежностей для уроков труда, рисованию и физкультуры в классе.

# *Желаем успехов в выборе портфелей!*



*Спасибо за внимание!*

*Будьте здоровы!*