

# Исследовательская работа

## Тема: ***Сколько весит ранец ученика?***

Выполнили: Ёлшина Лиля,  
Терентьева Аня,  
Ларионов Игорь  
ученики 2 класса

Руководитель: Колмакова  
Е.Г.,  
учитель начальных классов

## ***Цель:***

Повысить интерес учеников при изучении темы «Человек», обратить внимание на сбережение своего здоровья (осанки) путём ежедневного контроля тяжестей за спиной

## ***Задачи:***

1. Проанализировать данные в медицинской литературе по теме исследования.
2. Описать, как влияют тяжелые ранцы на растущий организм ребёнка, к каким последствиям это приводит.
3. Доказать. Что тяжелый портфель вредит здоровью.
4. Предложить свои способы решения проблемы

***Объект исследования:*** человек

***Предмет исследования:*** осанка школьника – основа здоровья

***Участники исследования:*** учащиеся 2 класса

***Гипотеза:*** Мы предполагаем, что тяжелый ранец вредит здоровью

***Методы исследования:***

- анализ;
- опрос;
- наблюдение;
- сбор информации;
- эксперимент.



?



## ***План эксперимента.***

1. Узнать у медсестры школы информацию о состоянии осанки учеников нашего класса.
2. Взвесить ранцы без школьных принадлежностей.
3. Проверить вес учебников и сравнить их с гигиеническими нормами.
4. В течении недели наблюдать за изменением веса ранца
5. Дать рекомендации детям, родителям, ученикам.

***Информация о состоянии осанки учеников  
2 класса:***

нарушение осанки – 5 учеников

сколиоз -1 ученик

здоровые – 9 учеников

Ф.И.О.	Год рождения	Вес тела	Правильный вес ранца (кг)	Реальный вес ранца (кг)
Елшина Лиля	2002	26	2кг600г	3кг600г
Елшина Наташа	2001	21	2кг100г	3кг
Зверькова Женя	2002	22	2кг200г	2кг300г
Казазаев Давид	2002	25	2кг500г	2кг500г
Коротков Женя	2003	30	3кг	2кг900г
Ларионов Игорь	2002	26	2кг600г	2кг200г
Максимова Оля	2002	26	2кг600г	2кг500г
Мандрыгин Алеша	2001	29	2кг500г	2кг500г
Носуленко Вера	2001	27	2кг700г	3кг
Непомнящих Сережа	2002	34	3кг400г	3кг
Распопов Дима	2002	24	2кг400г	2кг500г
Толстихин Витя	2002	22	2кг200г	2кг500г
Терентьева Аня	2002	28	2кг800г	2кг500г
Шадрин Ваня	2003	20	2кг	3кг100г
Шелковников Вова	2002	26	2кг600г	3кг







РУССКИЙ  
ЯЗЫК  
ПЕРВЫЙ ЧАСТЬ

ISBN 5-17-011111-1

Елшина Лиля	600	Слишком тяжелый
Елшина Наташа	500	норма
Зверькова Женя	500	норма
Казазаев Давид	550	Слишком тяжелый
Коротков Женя	600	Слишком тяжелый
Ларионов Игорь	600	Слишком тяжелый
Максимова Оля	400	норма
Мандрыгин Алеша	500	норма
Носуленко Вера	500	норма
Непомнящих Сережа	600	Слишком тяжелый
Распопов Дима	550	Слишком тяжелый
Толстихин Витя	530	Слишком тяжелый
Терентьева Аня	500	норма
Шадрин Ваня	600	Слишком тяжелый
Шелковников Вова	400	норма

## ***Вес учебников:***

Математика -250г

Русский язык – 300г

Литературное чтение – 400г

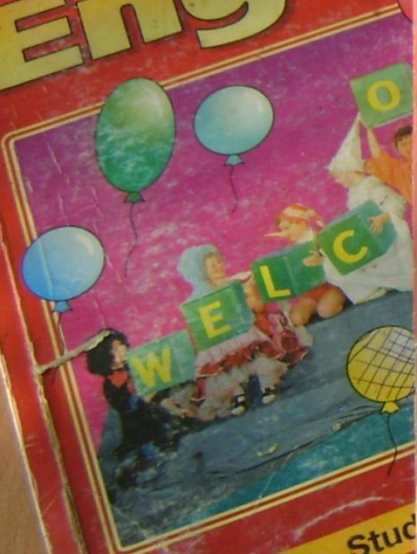
окружающий мир -250г

Риторика – 150г

Английский язык -600г

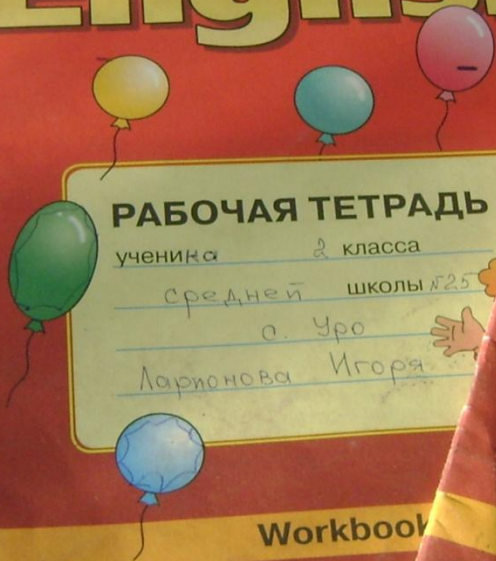
Дневник – 100г

# Enjoy English



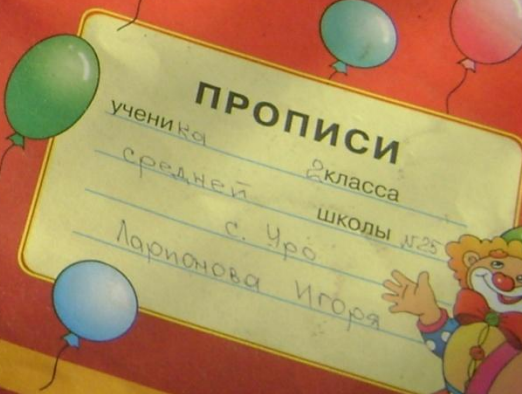
Stud

# Enjoy <sup>1</sup> English



Workbook

# Enjoy <sup>1</sup> English



Workbook



# Рекомендации родителям

- Просим вас не покупайте тяжелые ранцы!
- Врачи рекомендуют средний вес пустого ранца для ученика начальной школы – 300г.
- У ваших детей от тяжелых нагрузок портится осанка.
- Ваши дети быстрее устают, таская за своей спиной тяжеловесы.
- Пожалуйста, позаботьтесь о ваших детях и об их здоровье!

# Рекомендации учителям и работникам школы

Снизить вес школьных ранцев и способствовать таким образом профилактике заболеваний у учащихся можно такими путями:

- найти возможность ( в начальной школе) использовать два комплекта учебников (один в школе и один дома)
- при составлении школьного расписания учитывать гигиенические требования к весу ежедневных учебных комплектов;
- организовать в классе библиотеку необходимых книг для дополнительного чтения.

## Рекомендации ученикам

- Не носите лишнего в ранцах.
- Проверяйте ранец ежедневно и не забывайте вынуть из него ненужные учебники.
- Оставляйте папки для рисования и труда, кроссовки в классе.