

Научно-практическая конференция
младших школьников «Первое
открытие».

**«Школьный портфель –
друг или враг».**

Автор: Рыболова Анастасия, 4 класс.

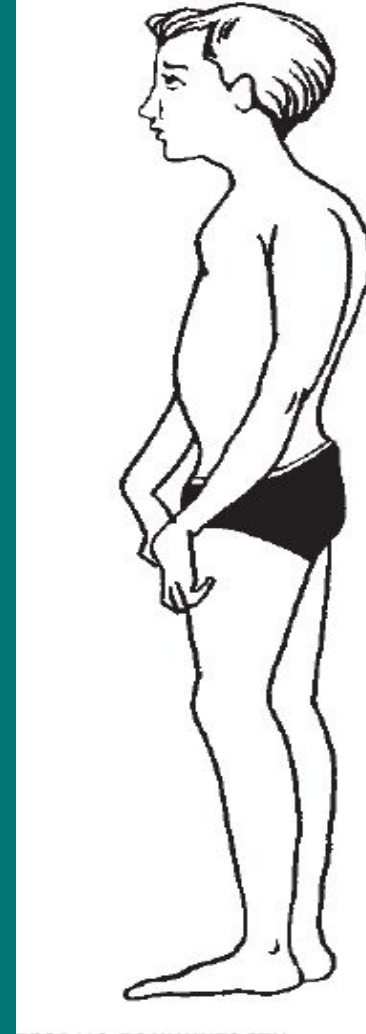
Руководитель: Шкода С. В.

МКОУ СОШ №7, г. Светлограда.

«Осанку легко испортить переносом тяжёлых книг. Придёт время, и тестирование физического развития определит по важности любые другие образовательные тесты».

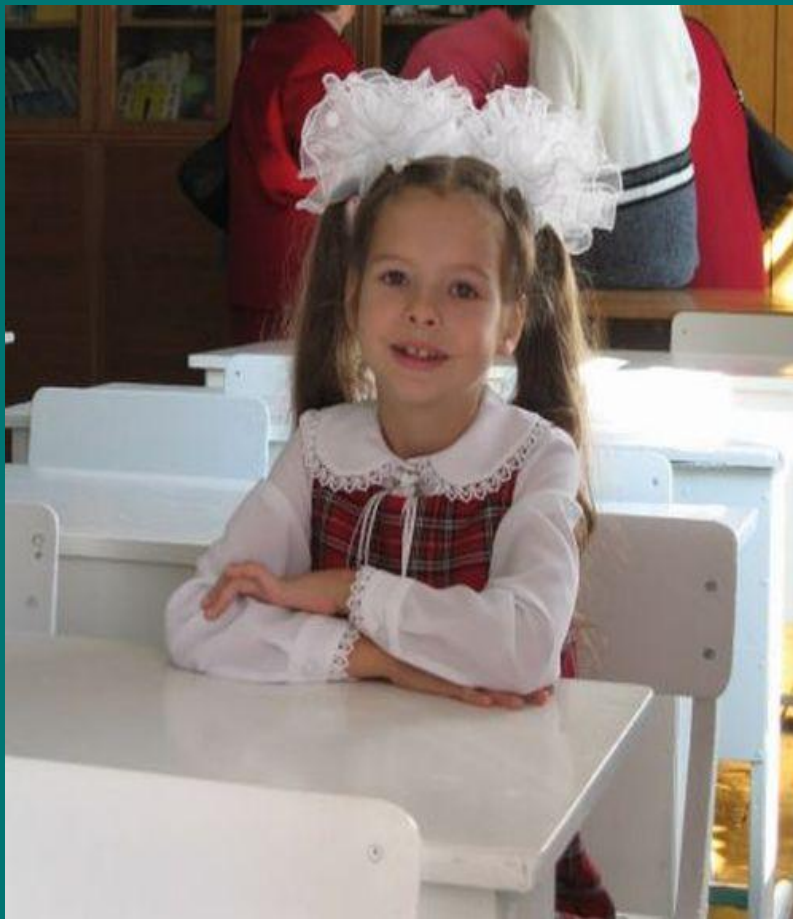
Американский педагог Банкрофт.

«Осанка выражает состояние души».



Правильная посадка за столом.

Никогда не кладите одну ногу на другую.



Цель исследования: выяснить - кем является для меня и моих одноклассников портфель – другом или врагом.

Задачи :

- прочитать литературу по теме;
- проанализировать данные состояния здоровья 4 класса;
- произвести взвешивание учащихся портфелей, школьных принадлежностей ;
- выяснить о вреде школьного портфеля.

Методы исследования:

- опрос;
- наблюдение;
- беседа;
- интервью;
- эксперимент;
- фотографирование и другие.

Исследовательские умения и навыки:



План исследований.

- Узнать у медицинского работника вес каждого ученика нашего класса.
- Взвесить ранцы без школьных принадлежностей у учеников младших, средних классов.
- В течение недели наблюдать за изменением веса ранца одноклассников в связи с учебными нагрузками.
- Проверить вес учебных пособий, необходимых по программе, и сравнить их с гигиеническими нормами.
- Выяснить, изменяется ли вес ранца в зависимости от возраста учеников.

Состояние опорно-двигательной системы одноклассников:



Факторы формирования неправильной осанки.

- хронические заболевания;
- недостаточный по времени отдых и пассивные формы его проведения;
- неправильное положение тела во время занятий;
- не соответствующая росту мебель;
- тяжёлые ранцы и особенно портфели.



Формула вычисления
«безопасного» веса портфеля – друга:

вес ученика умножить на 10 и разделить на 100.



Вес пустого портфеля
должен составлять
300-500 г.

Учебники – «нарушители»:

- литературное чтение – 345 г;
- окружающий мир – 312 г;
- технология – 311 г;
- детская риторика – 370 г.



Итоги исследований.



Самые легкие ранцы:

- пустой

- с принадлежностями.



Самые тяжелые ранцы:
- пустой - с принадлежностями.

**«Безопасный» вес портфеля моей одноклассницы
должен составлять 3 кг 300 г**

День недели	Вес портфеля с принадлежностями	Отклонения от нормы	Предполагаемая причина	Выводы
Понедельник	3 кг 500 г	200 г	Новая книга, диски, тяжелая баночка для рисования.	Убрать из портфеля ненужные вещи.
Вторник	4 кг 500 г	1 кг 200 г	Новые гравюры и поделки для лепки.	Носить поочередно.
Среда	3 кг 500 г	200 г	Тяжелая форма по физкультуре	Оставить в классе обувь.
Четверг	3 кг	нет		
Пятница	4 кг	700 г	Не выложила некоторые учебники с четверга	Складывать портфель вечером

Опрос ученика 6 класса.

- Вес Вячеслава – 46 кг
- пустой рюкзак – 0,6 кг
- полный рюкзак – 4,5 кг
- пакет со сменной обувью и формой – 1,5 кг



Опрос ученика 9 класса:

- Вес Вадима – 60 кг
- пустой рюкзак – 900 г
- полный рюкзак - 2,5 кг



Решение проблемы:

1. Не покупать тяжелые ранцы и громоздкие школьные принадлежности.
2. Не забывать освобождать портфель от лишних вещей.
3. Оставлять сменную обувь в классе.



Я уже делаю так – советую и вам!

БИБЛИОГРАФИЯ:

1. Медицинские карты учащихся 4 класса.
2. «Методика исследовательского обучения младших школьников», А.И.Савенков, М.: Учебная литература, 2008.
3. Проекты и исследования//Начальная школа, 5/2008
4. «Гигиенические требования к изданиям учебников для общего и начального профессионального образования»

Спасибо за внимание!

