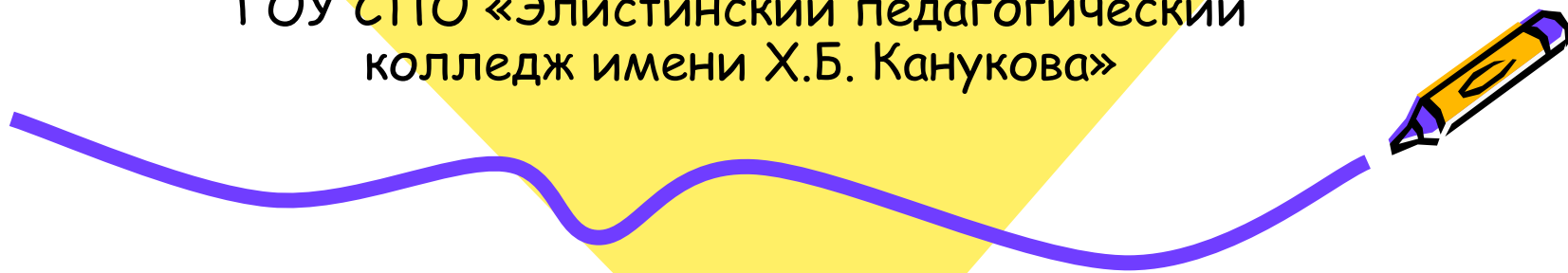




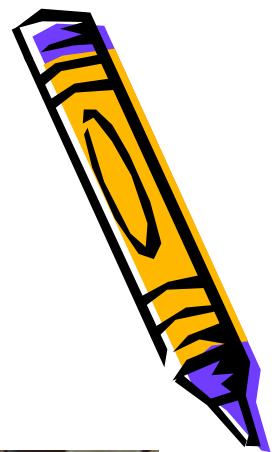
# Сколько весит школьный рюкзак?

Автор проекта: учитель базовой школы при  
ГОУ СПО «Элистинский педагогический  
колледж имени Х.Б. Канукова»



# Основополагающий вопрос:

Каким должен  
быть вес у  
школьного  
рюкзака?



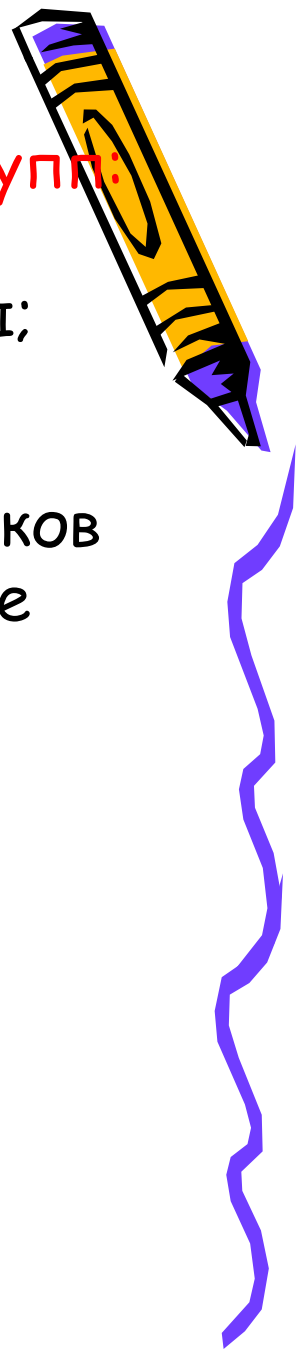
## Проблемные вопросы:

1. Как влияет вес школьного рюкзака на здоровье ребенка?
2. Почему рюкзаки у учеников такие тяжелые?
3. Какой должна быть конструкция у «правильного» рюкзака?
4. Сколько должен весить школьный рюкзак?

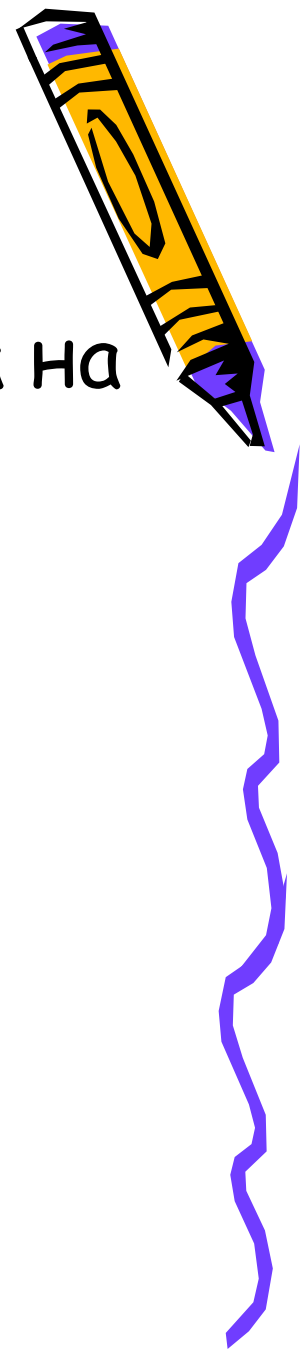


## Формирование групп:

1. Врачи- ортопеды;
2. Социологи;
3. Производители школьных рюкзаков
4. Контролирующие органы.



# Врачи- ортопеды



Как влияет вес школьного рюкзака на здоровье ребенка?

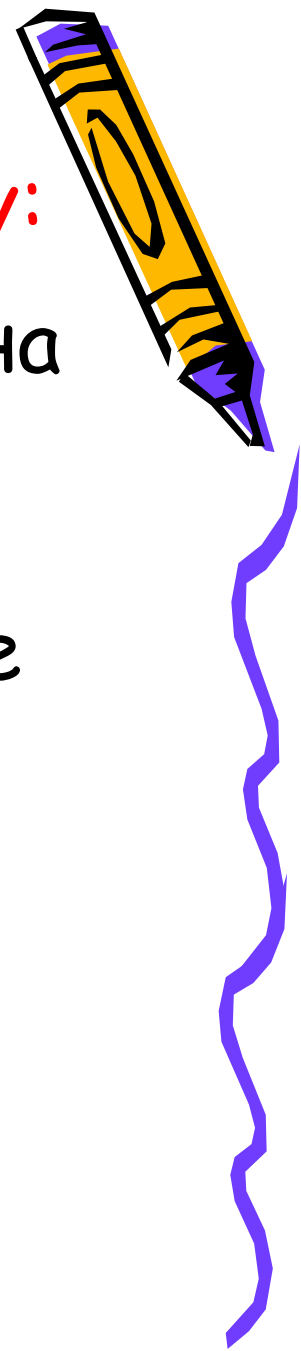
План работы группы:

1. Собрать материал;
2. Провести эксперимент;
3. Сделать выводы.

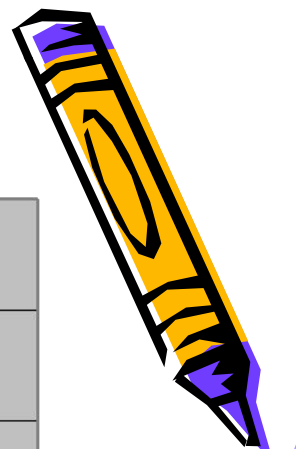
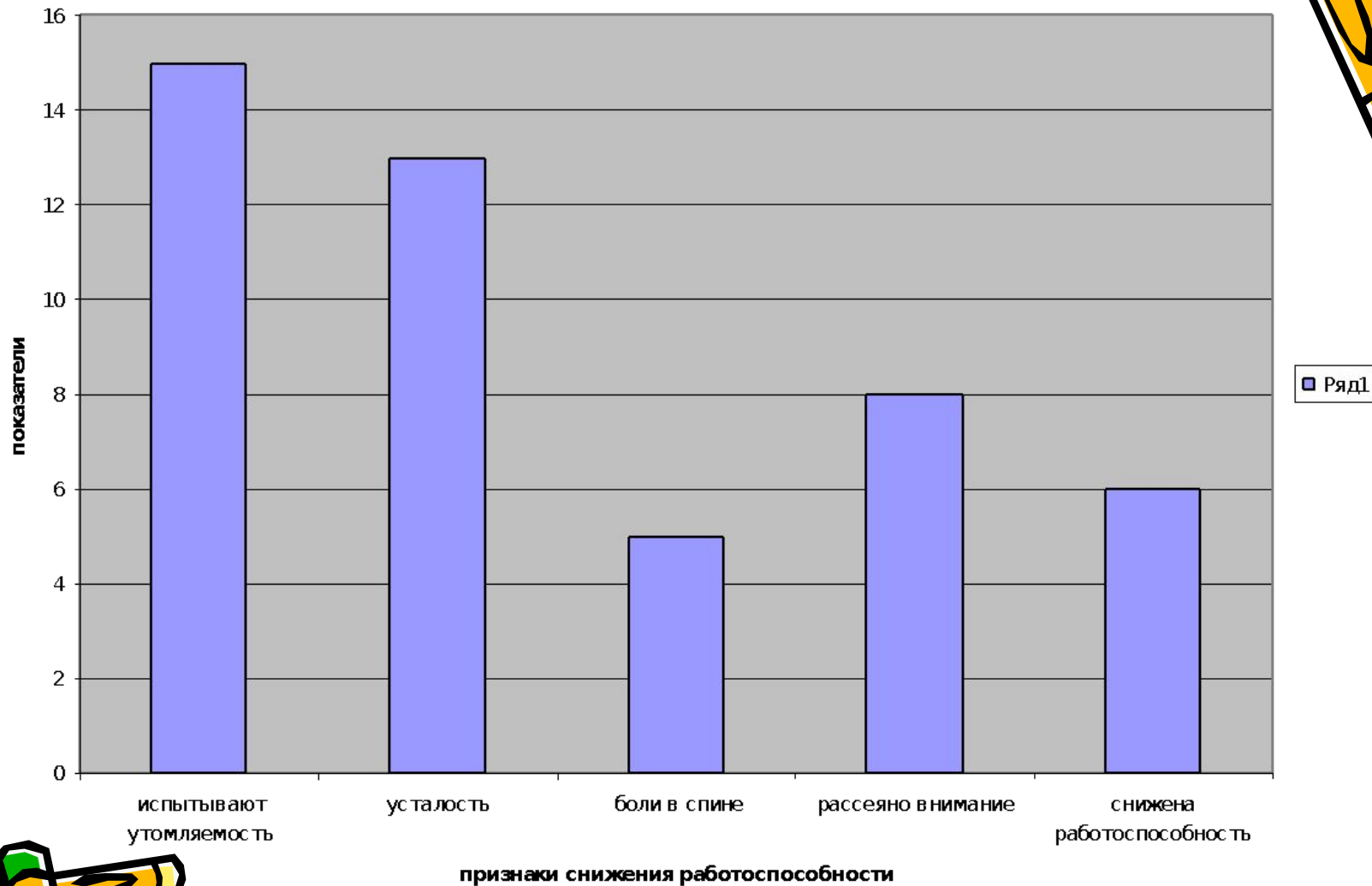


## Описание работы по проекту:

На первом этапе была изучена медицинская литература и методические статьи по данной теме. Было исследовано влияние веса рюкзаков на состояние учеников в 2 классе, количество учащихся: 24 человека.

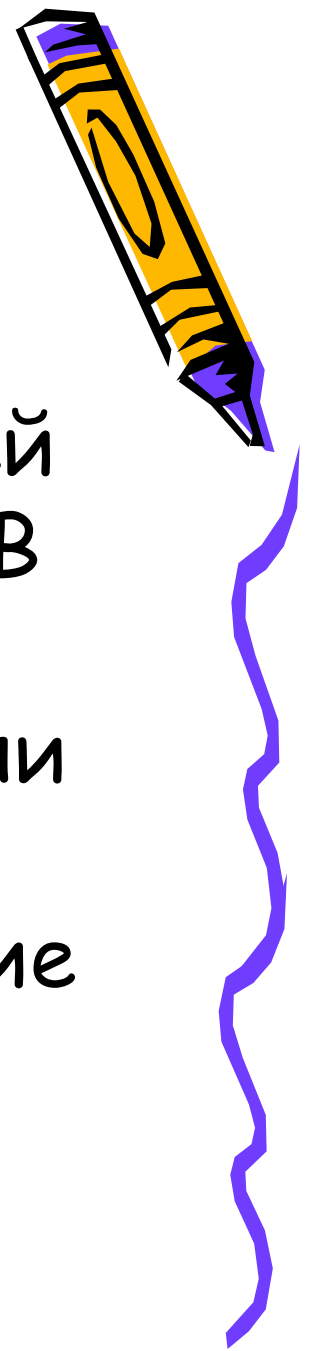


# Показатели влияния веса рюкзаков на физическое состояние учеников



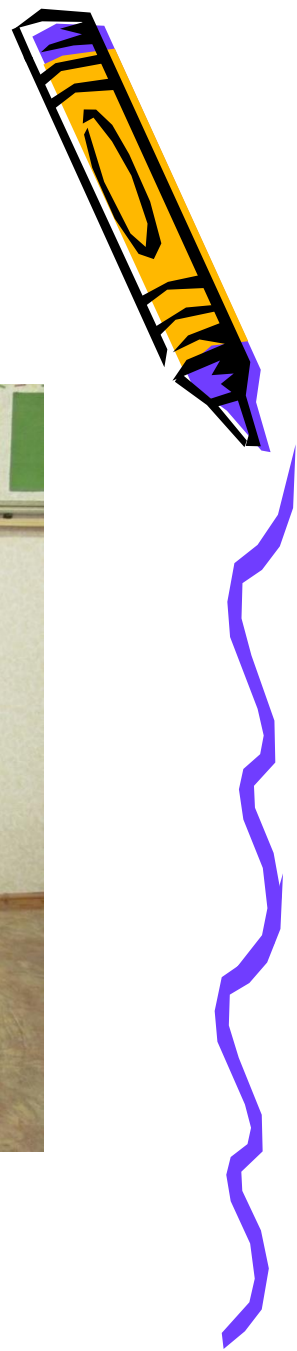
## Описание эксперимента:

В течение 3 недель группа детей носила разные по весу рюкзаки. В конце эксперимента отмечалось, что дети, рюкзаки которых весили больше нормы, жаловались на усталость, боли в спине, снижение работоспособности.



# Выводы:

При выборе рюкзака необходимо учитывать равномерное распределение тяжести на спину и плечи. Надо помнить, что ношение тяжестей может вызвать раннюю остановку роста.





# Социологи



Почему рюкзаки учеников такие тяжелые?

План работы группы:

1. Повести социологический опрос среди своих одноклассников;
2. Взвесить рюкзаки;
3. Составить список лишних вещей
4. Сделать выводы.



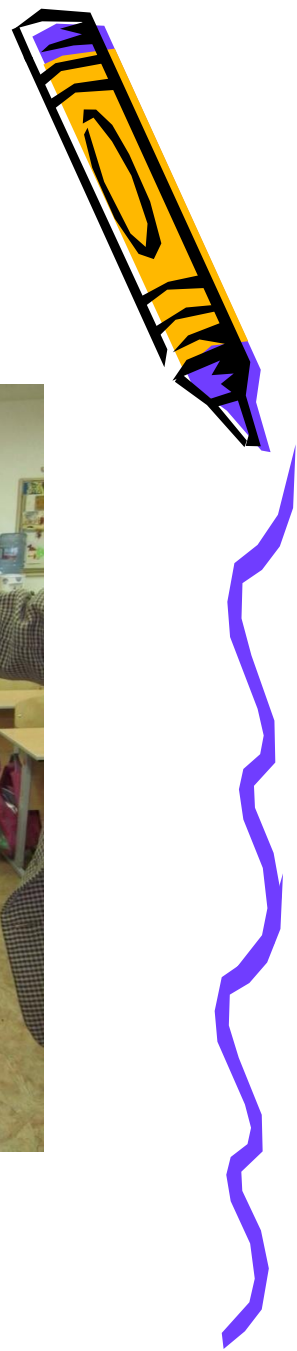
## Описание работы по проекту:

После взвешивания всех рюкзаков в классе выяснилось, что самый легкий весит 2 кг., а самый тяжелый - 4 кг 200 гр. При опросе выяснилось, что многие ученики носят лишние вещи: игрушки, журналы и комиксы, художественную литературу, CD - диски, учебники и канцелярские принадлежности, не нужные в этот день

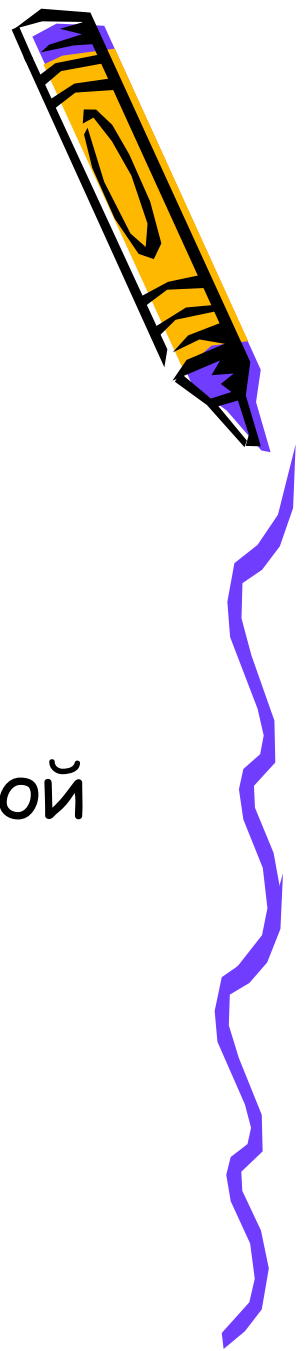


# Вывод:

Собирать школьные принадлежности нужно каждый день с учетом расписания уроков и не носить ничего лишнего. Тогда вес школьного ранца будет соответствовать норме и не будет вредить здоровью.



# Производители школьных рюкзаков



Какой должна быть конструкция у «правильного рюкзака?»

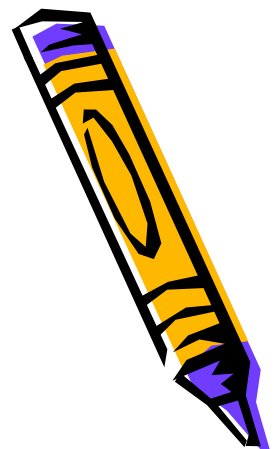
План работы группы:

1. Найти информацию о фирмах, производящих школьные рюкзаки;
2. Подготовить материал для публичной лекции;
3. Выступить перед одноклассниками;
4. Сделать выводы.



# Описание работы по проекту

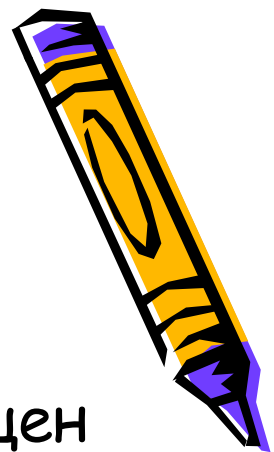
В ходе работы по проекту были исследованы рюкзаки разных фирм: Эрих Крауз (Германия), ната (Германия), производители г. Санкт–Петербург и г. Москва. После знакомства с продукцией разных фирм, производящих школьные рюкзаки, выявились общие требования к «правильным» рюкзакам.



# Выводы

«Правильный рюкзак» должен быть оснащен ортопедической задней стенкой с плотными вставками, широкими лямками, у него эргономическая спинка, соответствующая линии позвоночника с прокладкой из сетчатой ткани, чтобы ребенок не потел, и светоотражающие полосы для безопасности. Внутри спинки желательна алюминиевая рама, сохраняющая форму рюкзака.

Вес пустого рюкзака не должен превышать 1200 граммов.

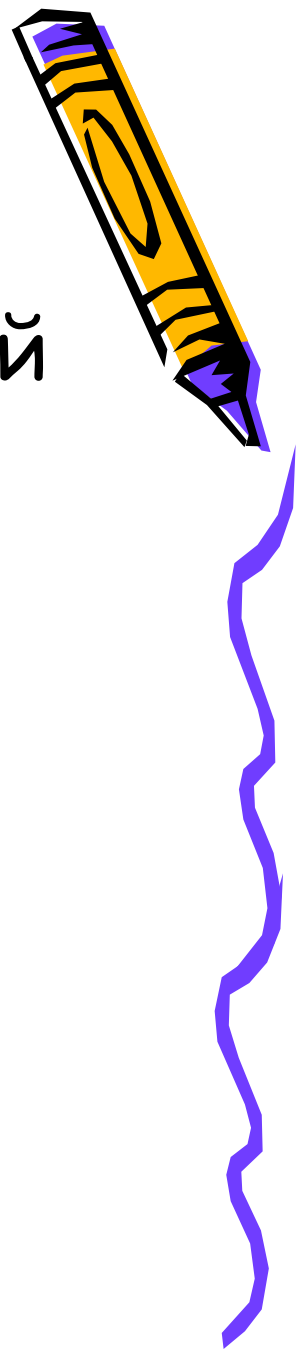


# Контролирующие органы

Сколько должен весить школьный рюкзак?

План работы группы:

1. Изучить требования Госсанэпиднадзора, предъявляемые к школьному рюкзаку;
2. Сделать выводы.



# Описание работы по проекту

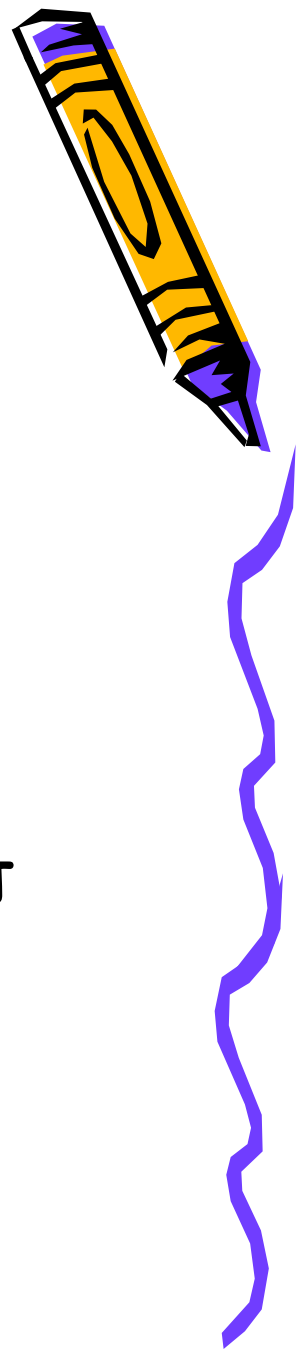
В 2003 году Госсанэпиднадзор России установил нормы, предъявляемые к школьным рюкзакам. Вес школьного рюкзака не должен превышать 10 % от веса школьника. Если школьнику от 6 до 10 лет, вес рюкзака должен быть 2 кг. Если 11 - 13 лет - 3 кг.





## Выводы:

При выборе школьного рюкзака необходимо руководствоваться, правилами, утвержденными Госсанэпиднадзором. Тогда вес школьного ранца будет соответствовать норме и не будет вредить здоровью.



# Советы родителям, ученикам, учителям

**Родителям:** При покупке школьного ранца надо обращать внимание на конструкцию ранца, его массу, размер и регулировку ремней;

**Ученикам:** Складывать школьные принадлежности надо с учетом расписания уроков. Не носить ничего лишнего.

**Учителям:** Соблюдать требования ГОСТ и Госсанэпиднадзора при составлении расписания уроков

