



Вестник здорового образа жизни



Информационный бюллетень отдела общественного здоровья

Скоро в школу. Выбираем школьный ранец

В преддверии нового учебного года санитарно-эпидемиологическая служба напоминает родителям о требованиях, предъявляемых к товарам школьного ассортимента, которые регламентируются Техническим регламентом Таможенного союза «О безопасности продукции, предназначенной для детей и подростков» (ТР ТС 007/2011), а также Гигиеническим нормативом «Показатели безопасности отдельных видов продукции для детей, утвержденным постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 25.01.2021 № 37.

Соблюдение требований к школьным рюкзакам направлено на сохранение здоровья детей, профилактику нарушений осанки и избыточной нагрузки на позвоночник.



Требования безопасности к портфелям, ранцам, рюкзакам ученическим:

Масса для учащихся начальных классов (1–4 классы) должна быть не более 700 граммов;

для учащихся средних и старших классов (5–11 классы) — не более 1000 грамм.

При этом Санитарными нормами и правилами «Требования для учреждений общего среднего образования», утвержденными постановлением Министерства здравоохранения РБ от 27.12.2012 № 206 нормируется **масса ежедневного комплекта учебников с письменными принадлежностями** для учащихся (без массы рюкзака): I–II классы — не более 1,5 кг (рюкзак с книжками не более 2,2 кг), III–IV классы — не более 2 кг (рюкзак с книжками не более 2,7 кг), V–VI классы — не более 2,5 кг, VII–VIII классы — не более 3 кг, IX–XI классы — не более 3,5 кг.

Портфели и ранцы ученические должны быть **изготовлены из материалов контрастных цветов**, иметь детали и (или) фурнитуру со светоотражающими элементами на передних, боковых поверхностях и верхнем клапане. Ранцы для учащихся 1–4 классов должны быть снабжены **формоустойчивой** спинкой. Установлены следующие **размеры** (допускается увеличение не более чем на 3 см):

длина (высота) передней стенки — 30–36 см; высота передней стенки — 22–26 см; ширина — 6–10 см; ширина плечевого ремня в верхней части (на протяжении 40–45 см) — не менее 3,5–4 см, в нижней части — 2–2,5 см; общая длина — около 60–70 см.

Окраска применяемых материалов для изготовления должна быть устойчива к сухому и мокрому трению и воздействию пота; соприкасающиеся с кожей элементы не должны оказывать местного кожно-раздражающего действия; узлы крепления ручек должны выдерживать нагрузку не менее 70 Ньютон.

Маркировка должна содержать информацию на русском языке о возрасте пользователя, назначении рюкзака (например, «школьный» или «ученический»).

Дополнительные рекомендации

Не следует надевать рюкзак на одно плечо — это может привести к перекосу позвоночника и болям в шее.

Лямки нужно подтягивать так, чтобы рюкзак сидел плотно, не свисал и не тянул плечи вперед.

При выборе рюкзака важно учитывать физические особенности школьника: рост, комплекцию, возможные проблемы со спиной.

Несоответствие требованиям при каждодневном использовании рюкзака может привести к боли в плечах, спине, головной боли и нарушению осанки.

Для переноски учебников, тетрадей, пеналов, письменных принадлежностей целесообразней использовать ранцы и рюкзаки ученические, чем портфели. Переноска книг и ученических принадлежностей в ранце на спине способствует более равномерному распределению нагрузки и формированию правильной осанки.

О гигиенических требованиях к школьной форме и обуви читайте в следующих выпусках Вестника ЗОЖ