

## ИНФОРМАЦИОННЫЙ ЛИСТ

### РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ВЫБОРУ РАНЦА, ШКОЛЬНОЙ ФОРМЫ ДЛЯ ПЕРВОКЛАССНИКА



Первое сентября – праздник для всех школьников. Особенно волнителен и радостен этот день для первоклашек и их родителей. Подготовка к походу в школу начинается задолго до первого сентября. Необходимо приобрести школьные принадлежности, аксессуары, форму. Если

выбор формы продиктован требованиями школы, то выбор рюкзака – дело добровольное. Главным остается вопрос: как выбрать рюкзак для первоклассника?

Чтобы правильно выбрать рюкзак для первоклассника, необходимо учитывать несколько основных моментов: размер, вес, анатомическая форма, конструкция, посадка, прочность, практичность, качество используемых материалов и их безопасность.

Купив рюкзак, даже дорогостоящий и с анатомической спинкой, врачи ортопеды настоятельно рекомендуют тщательно следить, чтобы вес содержимого не превышал 10% от массы тела ребенка. В ином случае, это может негативно сказаться на здоровье ребенка – привести к искривлению позвоночника, болям в плечах и пояснице, нарушению осанки.

Детям иногда и в первом классе приходится носить с собой на учебу много учебников, тетрадей, различной канцелярии, что в общей сложности иногда достигает порядка 2-3 кг. Такой полный, набитый рюкзак будет тяжелым. Поэтому сам рюкзак должен быть максимально легким. Вес пустого ранца должен быть в пределах 800 грамм -1,5 кг.

Рюкзак должен быть изготовлен из водонепроницаемого материала, его поверхность не должна пропускать влагу, но внутри (между отделениями) необходима полноценная циркуляция воздуха. Обязательно обращайте внимание на ремешки, пряжки и фурнитуру. Лямки должны быть широкими и мягкими, чтобы они не давили на плечи, а равномерно распределяли нагрузку по всей спине. Фурнитура, при помощи которой крепятся ремешки и происходит их регулировка,

должен

подходить ребенку по размерам, соответствовать росту. Застежки и крепления должны быть максимально удобными, чтобы ребенок без особых усилий и помощи посторонних смог расстегнуть и застегнуть молнии и замки. При наличии твердого дна, рюкзак не будет провисать и давить ребенку на поясницу.

При покупке школьной формы для ребенка важно помнить, что в ней он будет проводить 5-6, а то и больше часов. Поэтому одежда должна быть сшита из натуральных материалов, соответствующих требованиям биологической и химической безопасности, предъявляемым к швейным изделиям, текстильным материалам.

При покупке школьной формы необходимо обращать внимание на следующие моменты:

- 1) Внимательно изучите маркировку одежды - ярлык с данными производителя и составом ткани.
- 2) Обратите внимание на символы, обозначающие, каким должен быть уход за изделием. Например, если на ярлыке указана химчистка - лучше отказаться от такой одежды для ребенка, потому что химические вещества, используемые при чистке изделия, могут быть вредны для здоровья школьника.
- 3) Ткань, из которой сшита форма, должна хотя бы наполовину состоять из натуральных материалов. Лучше всего подходят для школьной формы хлопок и лен для осеннего и весеннего времени, шерсть и кашемир – для зимы. Максимальный процент синтетических волокон в школьной форме – не более 55%.
- 4) От изделия не должен исходить резкий запах. Наличие неприятного запаха может свидетельствовать о содержании в текстильных материалах вредных или даже опасных химических веществ, используемых при окраске ткани.

**Уважаемые потребители, если Ваши права нарушены при приобретении некачественных товаров или услуг, вы можете обратиться в учебно-консультационный пункт филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае в городе Заринске, Заринском, Залесовском, Кытмановском и Тогульском районах» для получения консультации и правовой помощи по защите прав потребителей по телефону (38595)99027 или по адресу: г. Заринск ул. 25 Партсъезда д. 14 корп. 2.  
E-mail: [zarinsk@altcge.ru](mailto:zarinsk@altcge.ru)**

*Информация подготовлена пунктом по защите прав потребителей*

Филиала ФБУЗ «Центр гигиены и эпидемиологии в Алтайском крае в г.Заринске, Заринском, Залесовском, Кытмановском и Тогульском районах»

659100 Алтайский край г.Заринск  
ул. 25 Партсъезда д. 14 корп. 2 каб. № 8  
Тел.: 8 (38595) 4-50-34 E-mail: [zarinsk@altge.ru](mailto:zarinsk@altge.ru), 2020 г