

Гигиенические требования к школьным ранцам, школьной форме, детской обуви

Конец августа, всюду работают школьные базары, родители готовятся к новому учебному году своих детей- надо одеть, обуть, купить ранец и канцелярию, и так, чтобы было и красиво- это требование детей, и гигиенично- это требование взрослых. Как прийти к общему мнению?...

Этот материал важен для прочтения родителями, чтобы детям было комфортно, безопасно, красиво, тепло! И для детей- чтобы знать гигиенические требования к одежде и обуви, носимой ежедневно, ранцам и портфелям, чтобы не испортить осанку.

Гигиенические требования к школьным портфелям, ранцам и к аналогичным изделиям для детей:

На современном этапе актуальной проблемой здоровья у детей стала проблема формирования и сохранения правильной осанки. Одной из причин формирования неправильной осанки является школьный портфель. Поэтому к его выбору стоит отнестись серьезно.

***Справочно:** Требования к школьным рюкзакам 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, утвержденный постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 25.01.2021 № 37. Их соблюдение направлено на сохранение здоровья детей, профилактику нарушений осанки и избыточной нагрузки на позвоночник.*

Основные 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 1 килограмма.

При этом нормируется масса ежедневного комплекта учебников с письменными принадлежностями для учащихся (без массы рюкзака): I–II классы — до 1,5 кг, III–IV классы — до 2 кг, V–VI классы — до 2,5 кг, VII–VIII классы — до 3 кг, IX–XI классы — до 3,5 кг.

Портфели, ранцы и рюкзаки ученические для учащихся 1 – 4 классов должны быть снабжены формоустойчивой спинкой и быть следующих линейных размеров:

-для начальных классов:

-длина (высота) передней стенки — 30–36 см;

-высота передней стенки — 22–26 см;

-ширина — 6–10 см (допускается увеличение не более чем на 3 см);

Рекомендуется выбирать рюкзаки с ортопедической спинкой, включающей вставки из пластика или металла для обеспечения жёсткости.

Особые требования предъявляются к плечевым ремням: -ширина 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;

подкладка из вентилируемой ткани, чтобы кожа под ремнями не потела; ремни должны быть симметричными для равномерного распределения нагрузки вдоль позвоночника; рекомендуется использовать регулируемые ремни, а для старших классов — нагрудный или поясной ремень, который перераспределяет вес.

Материалы: должны быть лёгкими, прочными, с водоотталкивающим покрытием, удобными для чистки; соприкасающиеся с кожей элементы не должны оказывать местного кожно-раздражающего действия; материал плечевых ремней — эластичным; при использовании жёсткого материала рекомендуются специальные накладки; на передних, боковых поверхностях и верхнем клапане должны присутствовать светоотражающие элементы;

маркировочный ярлык должен содержать информацию на русском языке о возрасте пользователя, назначении рюкзака (например, «школьный» или «ученический») и рекомендуемом возрасте для использования.

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 вперёд.

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

ВАЖНО: *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 более целесообразно 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.

Гигиенические требования к школьной форме направлены на обеспечение безопасности и комфорта учащихся, поддержание оптимального микроклимата и предотвращение негативных последствий для здоровья.

Справочно: *Эти требования регулируются Техническим регламентом Таможенного союза (ТР ТС 007/2011) и государственными стандартами (например, СТБ 2517-2017).*

Сырьевой состав: В изделиях первого слоя (блузки, сорочки, рубашки) доля синтетических волокон не должна превышать **30%**.

В изделиях второго слоя (костюмы, пиджаки, брюки, жилеты, сарафаны) допускается вложение синтетических волокон в объёме **не более 55%**.

Основу должны составлять натуральные и гигроскопичные материалы: **хлопок, шерсть, вискоза**. Для осени и весны подходят хлопок и лён, для зимы – шерсть и кашемир.

Гигроскопичность и воздухопроницаемость. Ткань обязана обеспечивать свободную циркуляцию воздуха и эффективно впитывать влагу, выделяемую телом, чтобы поддерживать оптимальный микроклимат.

Дополнительные рекомендации при выборе товаров школьного ассортимента:

Проверка маркировки. На этикетке должны быть указаны данные производителя, состав ткани, дата производства, юридический адрес, процентный состав сырья, размер и единый знак обращения продукции на рынке (ЕАС).

Отсутствие резкого запаха. Он может свидетельствовать о наличии вредных химических веществ в материалах.

***Справочно:** В Республике Беларусь требования к качеству и безопасности одежды для детей и подростков, в том числе к школьной форме, регламентируются Гигиеническим нормативом «Показатели безопасности отдельных видов продукции для детей, утвержденный постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 25.01.2021 № 37 и Технический регламент Таможенного Союза «О безопасности продукции, предназначенной для детей и подростков» (ТР ТС 007/2011).*

Соблюдение требований, указанных в ТНПА, позволяет гарантировать, что одежда школьника является безопасной. Продукция для детей и подростков, в том числе школьная форма, соответствующая требованиям безопасности, указанным в ТНПА и прошедшая процедуру оценки (подтверждения) соответствия, должна иметь маркировку единым знаком обращения продукции на рынке государств – членов таможенного союза.

Поэтому при выборе школьной формы обращайте внимание на этикетку. На ней должен быть проставлен знак ЕАС – это своего рода гарантия, что все показатели качества и безопасности в норме.

Технический регламент и Гигиенический норматив устанавливают обязательные требования к продукции, предназначенной для детей и подростков в целях защиты их жизни и здоровья. Прежде всего текстильные материалы, применяемые при изготовлении одежды, должны соответствовать требованиям химической и биологической безопасности. К биологическим показателям относятся такие показатели как «гигроскопичность» и «воздухопроницаемость», обеспечивающих свободную циркуляцию воздуха и эффективное впитывание влаги, выделяемой телом, чтобы поддерживать оптимальный микроклимат.

Если эти показатели не соблюдаются, то в такой одежде ребенку будет некомфортно находиться длительное время, тяжело дышать, соответственно понижается настроение, а возможно и желание постигать науку. Текстильные

материалы не должны накапливать статическое электричество сверх установленного гигиеническим нормативом предела. Не допускается наличие стойкого запаха химических веществ, а также использование неустойчивых красителей, которые могут мигрировать на кожу при выделении пота (химическая безопасность). Материалы не должны вызывать аллергических реакций или других проблем с кожей (**отсутствие местного кожно-раздражающего действия**).

Чтобы не купить школьную одежду, которая будет создавать дискомфорт, родителям рекомендуем внимательно читать состав материала, который указывается на этикетке.

Лучшими свойствами по гигроскопичности и воздухопроницаемости обладают натуральные ткани. Если в маркировке изделия заявлен состав материала, превышающий 75 % содержание синтетических волокон (например, полиэстера), то, как показывает практика, у изделия будет плохая гигроскопичность. Это следует учитывать при выборе школьной формы и, по возможности, отдавать приоритет натуральным тканям.

Конструкция одежды не должна ограничивать свободу движений, сдавливать органы дыхания, брюшную полость или приводить к нарушению осанки. Покрой должен соответствовать антропометрическим данным ребёнка. Конечно же, немаловажно купить одежду, которая сохраняла бы опрятный вид в течение длительного времени.

***Справочно:** Существует стандарт ГОСТ ISO 3758-2014 «Изделия текстильные. Маркировка символами по уходу». Стандарт устанавливает систему графических символов, несущих информацию о наиболее оптимальной обработке, которая не вызывает необратимых повреждений изделия в процессе ухода за ним.*

Изготовитель на каждом изделии в обязательном порядке указывает рекомендации по уходу за изделием в виде символов. Чтобы школьная одежда сохранила свой первоначальный вид до конца учебного года, рекомендации необходимо соблюдать.

Важно: гарантией безопасности школьной формы для здоровья ребёнка является наличие декларации о соответствии или сертификата соответствия. Продавец обязан предъявить эти документы по первому требованию. Соблюдение гигиенических требований помогает предотвратить нарушения терморегуляции, аллергические реакции и другие проблемы со здоровьем.

Гигиенические требования к детской обуви.

В детской обуви не допускается подкладка из:

- искусственных и (или) синтетических материалов в закрытой детской обуви всех половозрастных групп;
- искусственных и (или) синтетических материалов в открытой детской обуви для детей ясельного возраста и малодетской обуви;
- текстильных материалов с вложением химических волокон более 20% в детской обуви для детей ясельного возраста и малодетской обуви;

-искусственного меха и байки в зимней детской обуви для детей ясельного возраста.

Не допускается вкладная стелька из:

-искусственных и (или) синтетических материалов в обуви для детей ясельного возраста и малодетской обуви;

- текстильных материалов с вложением химических волокон более 20% для детей ясельного возраста и малодетской обуви.

К сведению родителей: Размер, фасон и жесткость подошвы детской обуви не должны препятствовать развитию стопы. Жесткая подошва затрудняет механику ходьбы (ограничивает угол изгиба, задник обуви стягивается с пятки), снижает работоспособность мышц голеностопного сустава, повышает температуру кожи ноги и потоотделение.

Тесная и короткая обувь затрудняет походку, жмет ногу, причиняет боль и с течением времени изменяет форму ноги. В этих случаях образуются мозоли, плоскостопие, нарушается нормальный рост ноги. Слишком свободная обувь также вредна (могут возникнуть потертости).

Обувь для детей изготавливают в точном соответствии с длиной и шириной стопы. Носок обуви должен быть свободным, а каблук — широким. Наилучшим материалом для изготовления зимней обуви является кожа, а для летней — прюнель, парусина.

Резиновая и лакированная обувь, а также обувь, изготовленная из таких синтетических материалов, как текстовинит, искусственная кожа (ИКО), для длительного ношения для детей не рекомендуется. Упомянутые синтетические материалы имеют низкую гигроскопичность, низкую паропроводность, невысокий коэффициент термического сопротивления.

В зимние дни при температуре воздуха не ниже —10°С и слабом ветре (до 1,3 м/с) школьники могут носить ботинки или сапожки на пористой резине, утепленные синтетическим мехом (лавсан с хлопком). Валяную обувь можно использовать только для пребывания детей на открытом воздухе в морозные зимние дни. При возвращении в помещение ребенок снимает валенки и заменяет их ботинками, полуботинками. В помещении следует снимать и сапожки, утепленные мехом. В сырую погоду детям можно носить резиновые сапоги, которые должны иметь толстую стельку. Кроме того, сапоги следует надевать обязательно на толстый шерстяной носок. В помещении сапоги необходимо снимать. Нельзя допускать, чтобы школьники находились в помещении в спортивной обуви — резиновых тапочках или кедах. Обувь, как и одежду, ежедневно проветривают, просушивают и чистят щетками.

Торговые объекты нашей страны предлагают множество вариантов покупки детских вещей- выбирайте лучшее, здоровое, комфортное, правильное!