VI межрайонная научно-практическая конференцию
"ШАГ В НАУКУ"

Научно-исследовательская работа

Тайна школьного портфеля

Выполнил: учащийся 2-а класса
Игнатьев Даниил
Школа №3 г. Нелидово
Руководитель: Петрова Оксана Александровна

Цель работы :

– выяснить, безопасен ли школьный портфель для нашего здоровья

Задачи:

1. Изучить историю портфеля
2. Узнать какие гигиенические требования предъявляются к школьному портфелю, и как тяжелый ранец влияет на здоровье ребенка.
3. Выяснить каким должен быть портфель, чтобы не навредить нашему здоровью.
4. Разработать рекомендации для учителей ,школьников и их родителей необходимые для решения данной проблемы.

Объект исследования: ученики 2-а класса, их осанка как основа здоровья.

Предмет исследования: портфели учащихся 2-а класса, их содержимое.

Гипотеза: если правильно выбрать школьный портфель (соответствующий гигиеническим нормам), то его ношение не повредит моей осанке и моему здоровью

Методы исследования:

- Опрос.
- Наблюдение.
- Беседа.
- Сбор информации из книг, интернета, других источников.
- Эксперимент (взвешивание).

История портфеля

Ранец привыкли считать исключительно принадлежностью школьника. На самом-то деле этот предмет пришёл к детям из армии. Если в России солдаты брали с собой в поход вещевой мешок, то в Европе и, особенно в Германии, ранцы появились уже в 18 веке. И только через 200 лет словом «ранец» начали называть ученическую сумку.

Н.П.Богданов-Бельский
"У дверей школы" 1897

До 1917 года портфель носили только дети богатых родителей, которые учились в гимназиях. Он был из черной кожи, крышка обшита тюленьим мехом серо-зеленого цвета.

После октябрьской революции в стране был голод и разруха. Главным было накормить детей и обучить их грамоте. Поэтому школьной форме и портфелям не уделялось внимание.

После Великой Отечественной войны дети ходили в школу с полевыми сумками, доставшимися от вернувшихся с фронта родственников. Полевые сумки можно было перекидывать через плечо, а во время драк использовать в качестве оружия.

Позднее появились советские портфели. Слово *« портфель»* (порт – носить, «фель» - лист бумаги) пришло к нам из французского языка.

Многие первоклассники с нетерпением ожидают день, когда родители принесут из магазина новенький портфель. Первое время ученик относится к портфелю бережно, но вскоре превращался в обычную сумку для переноски тяжестей.

Так было раньше, да и теперь.

Портфели на картинах известных художников

С.А. Григорьев «Вратарь»
1949 г

Ф.П. Решетников «Опять двойка»
1952 г

В 60 годы портфели были все как один – из коричневого кожзаменителя.

А во второй половине 80х **старшеклассники** обзавелись «дипломатами» - жесткими узкими чемоданчиками черного или коричневого цвета.

На смену дипломатам в конце 80-х – в 90-х годах в моду вошли портфели необычной формы – вертикальные сумки с ремешком через плечо.

Само слово «ранец» постепенно выходит из употребления, уступая место слову «рюкзак». Сегодня ассортимент их велик.

Наши рюкзаки

Рекордный вес

Читая материалы о портфелях на страницах Интернета, я обратил внимание на большое количество статей под названием «Сколько весит школьный портфель».

И действительно по утрам идя в школу, мы видим, как многим младшим школьникам папы и мамы несут в школу портфели.

Не случайно в 1983 году в киножурнале «Ералаш» был снят фильм Рекордный вес», где рекордсмен мира ытается поднять портфель, который осит обыкновенный школьник, и у ортсмена это плохо получается.

Чудеса России

Венгеровская средняя школа
в Белгородской области
Автор скульптурной композиции
А.Н. Беликов

Памятник простому школьному портфелю установлен в Белгородской области

Идея создания этого монумента родилась после элементарного подсчёта. Выяснилось, что за одиннадцать лет учёбы, школьник переносит в портфеле до 30 тонн груза!
Носить портфель труд, да ещё какой!

Угроза за спиной

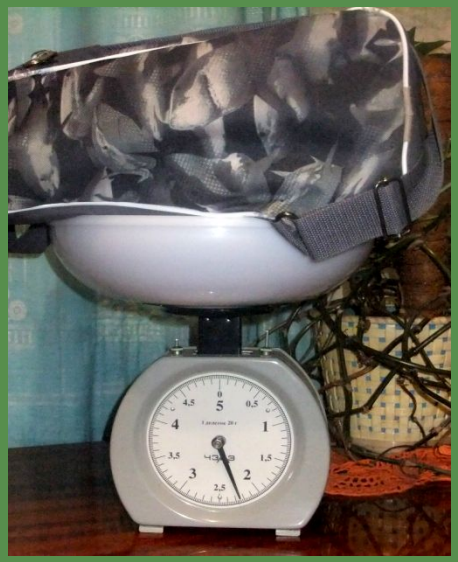
По санитарно-гигиеническим нормам (СанПин 2.4.7./1.1.2651-10 от 28 июня 2010г. № 72) вес ранца с учебными принадлежностями не должен превышать 10% от веса тела ученика. Вес пустого ранца для ученика начальной школы – 600 г Вес учебных изданий не должен превышать - 300г;

Медицинские работники утверждают, что у детей 6-9 лет осанка неустойчивая. Тяжёлый ранец - первый кирпичик к неправильной осанке. Плохая осанка затрудняет дыхание и кровообращение, ребёнок быстрее устаёт. А ещё согнутая спина и перекошенные плечи могут довести ребёнка до близорукости и остеохондроза.

Мое здоровье в моем портфеле.

План эксперимента

- Узнать у медицинского работника вес каждого ученика нашего.
- Взвесить ранцы без школьных принадлежностей.
- Проверить вес учебников, необходимых по программе, и сравнить с гигиеническими нормами.
- В течение недели наблюдать за изменением веса ранца в связи с учебными нагрузками.
- Подвести итоги по позициям: самый легкий, самый тяжёлый …



Вес наших учебников

	УМК «Планета знаний» 2-а класс	УМК «Школа России» 2-б класс
«Русский язык»	500 г	300г
«Математика»	500 г	250
«Литературное чтение»	600 г	400г
«Окружающий мир»	600 г	200г
«Английский язык»	350 г	350г

Учебники – «нарушители».

Соответствие портфеля 2-а класса гигиеническим нормам.

У 19 моих одноклассников (и у меня в том числе) школьные портфели опасны для здоровья.

Правда, о школьных портфелях

Самый легкий ранец – 500 г

Самый тяжёлый ранец – 1.5 кг

Самый тяжёлый ранец с принадлежностями – 4.5 кг

Самый лёгкий ранец с принадлежностями – 1кг

Самый лёгкий учебник – «Английский язык» - 350 г

Самый тяжёлый учебник
«Литературное чтение», «Окружающий мир» - 600 г

Самый «тяжёлый» учебный день –
вторник, четверг.

Самый «лёгкий» учебный день – пятница

«Правильный» портфель - ранец.

Залог здоровья – лёгкий ранец с жёсткой ортопедической спинкой.
Ширина ранца- ширина плеч ребёнка, верхний край –не выше плеч, нижний – не ниже поясницы.
Материал- лёгкая водонепроницаемая ткань со светоотражающими полосками.
Регулируемые лямки шириной 8 см.
Отделения - кармашки

Дорогие родители!

- не покупайте тяжелые портфели и громоздкие школьные принадлежности;
- - найти возможность использовать два комплекта учебников (один – в школе, один – дома);
- контролируйте содержимое ранца вашего ребёнка .

Ребята!

- не носите лишнего в ранцах;
- всё, что нужно на урок технологии, рисования и физической культуры можно оставлять в кабинете;
- регулярно занимайтесь физкультурой, потому что физические упражнения укрепляют мышцы и скелет.

Я уже делаю так – советую и вам!

Уважаемые учителя и работники школы!

- используйте только те учебники и пособия, которые прошли гигиеническую экспертизу;

- при составлении школьного расписания учитывайте гигиенические требования к весу ежедневных учебных комплектов;

- создать условия для хранения принадлежностей для уроков технологии, рисования и физической культуры в классе.

Желаю успехов в выборе портфелей!

Спасибо за внимание!

Будьте здоровы!