

Тема проекта:
**«Сколько весит
школьный рюкзак?»**



Руководитель проекта :
Гладышева Н.Ю.

Цель исследования:

- **Выяснить, какой вес рюкзаков у учащихся начальной школы?**
- **Почему у детей начальной школы такие тяжёлые рюкзаки?**
- **Какая конструкция должна быть у нашего рюкзака?**
- **Что делать, чтобы не навредить своему здоровью?**

Хорошая осанка — эффективный и надежный путь профилактики таких болезней, как боль в спине, сколиоз и остеохондроз позвоночника.



Сколиоз - "старый крест ортопедии"



Проблема

Сколько должен весить школьный рюкзак?



Медицинские нормы веса рюкзака.

- По медицинским нормам, вес рюкзака не должен быть **больше одной десятой** веса ученика.

(Сокращённая формула: раздели свой вес на 10 и получи «безопасный» вес.)

Пустой школьный рюкзак должен весить не более 1кг 200г и быть в виде ранца с двумя широкими лямками.

При ношении школьного рюкзака его дно должно быть на 5 см ниже уровня талии.

Стандартные требования к внешнему виду школьного рюкзака.

«Правильный ранец»

хорошо, если на ранце будут светоотражающие элементы (это обеспечит безопасность в темноте)



спинка должна быть твердой, с ортопедическими элементами

у ранца должны быть широкие лямки

в спинку должна быть вшита прокладка из сетчатой ткани - чтобы ребёнок не потел



Почему такой разный вес у рюкзаков?



Лишние вещи:

- Игрушки.
- Журналы.
- Тяжёлый или дополнительный пенал.
- Планшеты.
- Учебники и канцелярские принадлежности, не нужные в этот день.
- Вещи, которые можно одеть на себя, а не складывать в портфель.

В ходе работы мы выяснили:

Что школьный рюкзак должен быть сшит из облегчённой ткани, оснащён ортопедической спинкой, покрыт сетчатой тканью, должны быть широкие лямки, светоотражающие полосы для безопасности.

Выводы :

Обращаемся к родителям:

- При покупке школьного ранца нужно обращать внимание -
- в первую очередь на конструкцию ранца
 - его массу
 - размер
 - регулировку ремней
 - не забывать о сохранении здоровья своего ребёнка

Обращаемся к ученикам:

- необходимо складывать только школьные принадлежности с учётом расписания уроков
- ничего лишнего в школу не носить
- необходимо заботиться о своём здоровье

**«Лучший способ сделать
детей хорошими- сделать их
счастливыми и здоровыми»**

Оскар Уальд

За Зи Зю
Зина
Сина и Зина вырастали
разом.
Родни спасиле,



Акция
«САМЫЙ
НЕПРА



Informational posters on a bulletin board. The top poster is titled "ИЗВЕЩЕНИЕ" (Notice) and "СКАЗКИ" (Fairy Tales). Below it are two more posters, one titled "СТРАХИ" (Fears) and another with text about "СРЕДНЕЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ".



П Ф К Т Ш С Х Ц Ч Щ Ъ

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 17 18 19 20

Mathematical operations with cartoon figures:

- $1 + 1 = 2$
- $3 - 2 = 1$
- $2 \times 2 = 4$
- $6 : 2 = 3$

Акция
«САМЫЙ
НЕПРАВИЛЬНЫЙ
ПОРЯДОК»



Сильный
правильный
портфель"

БЛИЦА СЛОВЕНА

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50



ГЛА
ПОСЛЕ

ЖИ	>	И	Ч
ШИ	>	И	Ш
ШИТЬ	Ч	А	В
ЖИР	Ш	А	В
ШИНА	Р	О	Д
ЛЫЖИ	Ч	А	Щ

КВОНДЫШ

РОЖ. ДА

Ч. ШКА

