



Kategoria

- Oświata

Państwowy Powiatowy Inspektor Sanitarny w Hajnówce informuje o wynikach przeprowadzonej akcji badania obciążenia uczniów ciężarem tornistrów.

Badanie przeprowadzono w Szkole Podstawowej w Dubinach oraz Szkole Podstawowej Nr 3 w Hajnówce.

Badaniem objęto 113 uczniów w 2 szkołach. Z uzyskanych danych wynika, że 55% uczniów klas I-III nosi plecaki przekraczające 10% masy ciała, natomiast 18% nosi plecaki przekraczające 15% masy ciała podczas, gdy waga tornistra nie powinna przekraczać 10-15% masy ciała dziecka.

Ciężar niektórych tornistrów uczniów szkół podstawowych przekraczał dopuszczalne normy pomimo możliwości pozostawienia podręczników i przyborów szkolnych w indywidualnych szafkach.

Pracownicy Powiatowej Stacji Sanitarno - Epidemiologicznej w Hajnówce uczestniczyli również w spotkaniu w Szkole Podstawowej w Dubinach z rodzicami uczniów, których dzieci brały udział w powyższych badaniach. Rodzice mieli możliwość indywidualnego omówienia uzyskanych wyników badań.

Przypominamy !

Ważna jest rola rodziców, aby pamiętali o tym, żeby sprawdzić tornister wspólnie z dzieckiem.

- Zbyt ciężki plecak może powodować niekorzystne, bolesne napięcia w mięśniach i stawach, oraz bóle bioder i kolan.
- Noszenie nieodpowiedniego plecaka wymusza nieprawidłową postawę – pochylanie sylwetki do przodu, a także bóle w okolicach karku.
- Nadmierne obciążenie źle wpływa również na ramiona, które są nieprzystosowane do noszenia ciężarów.
- Zgodnie z zaleceniami Głównego Inspektora Sanitarnego waga plecaka nie powinna przekraczać 10-15 proc. masy ciała ucznia.

<https://www.gov.pl/web/gis/zalecenia-dotyczace-tornistrow-szkolnych>

<https://www.gov.pl/web/psse-hajnowka/tornistry-szkolne>

Source URL: <https://hajnowka.pl/aktualnosc/oswiata/3229-przeladowane-tornistry-szkolne>