Дзержинский район

КРАЕВОГО МОЛОДЕЖНОГО ФОРУМУ

«НАУЧНО-ТЕХНИЧЕСКИЙ ПОТЕНЦИАЛ СИБИРИ»

Муниципальный этап

«ПЕРВЫЕ ШАГИ В НАУКУ- 2019»

НОМИНАЦИЯ «НАУЧНЫЙ КОНВЕНТ»

|  |  |
| --- | --- |
| Направление: | Медицина |

***«Школьный портфель»***

|  |  |
| --- | --- |
|  | Терехова Полина Алексеевна |
|  | муниципальное бюджетное образовательное учреждение  Александро-Ершинская средняя школа, 1 класс  04.08.2011  [TerehovaP2011@mail.ru](mailto:TerehovaP2011@mail.ru)  89504355076  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /личная подпись/  Зозуленко Анастасия Викторовна  муниципальное бюджетное образовательное учреждение  Александро-Ершинская средняя школа  учитель начальных классов  89836159277 |
|  | [zozulenko1988@mail.ru](mailto:zozulenko1988@mail.ru)  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ /личная подпись/ |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

С условиями Конкурса ознакомлен(-а) и согласен(-а). Организатор конкурса оставляет за собой право использовать конкурсные работы в некоммерческих целя, без денежного вознаграждения автора (авторского коллектива) при проведении просветительских кампаний, а также полное или частичное использование в методических, информационных, учебных и иных целях в соответствии с действующим законодательством РФ.

**Александро-Ерша, 2019**

**Оглавление**

Введение…………………………………………………………………………………………3

Глава 1. Школьный портфель……………………………..………..…………………………...5

1.1. Требования к школьному портфелю….…………...………………………….……5

1.2. Результаты анкетирования среди обучающихся 1 класса МБОУ Александро – Ершинской СШ……………………………………………………. ………………………..…..6

1.3. Результаты наблюдения среди обучающихся 1 класса МБОУ Александро – Ершинской СШ …………………………………………………………………………………7

Заключение………………………………………………………………………………………9

Используемые источники информации………………………………………..……………..10

Приложение 1. Анкета…………………………………………………………………………11

Приложение 2. Рекомендации по наполняемости школьного портфеля …………...……...12

**Введение**

Во все времена невозможно представить школьника без портфеля. Ведь это главный атрибут школьной жизни, который непосредственно служит для того, чтобы носить в нём учебники, книжки, тетради, то есть всё то, что необходимо нам для уроков.

В этом учебном году я поступила в первый класс нашей школы и мне купили красивый портфель. Мне он очень понравился!  Когда я пришла в школу, то увидела, что у всех ребят  нашего класса портфели абсолютно разные, и я задумалась, каким же должен быть портфель - большим или маленьким, вместительным, объемным или просто красивым?

Изучив литературу по данной теме, я узнала, что портфель (ранец, рюкзак) непосредственно влияет на осанку и здоровье ученика. Но так как в наше время большинство детей уже приходят в школу с нарушениями осанки, то к концу 11 класса эти нарушения становятся более значительными. На основании этого я считаю, что моя работа актуальна.

**Гипотеза:** вес школьного портфеля учеников 1 класса МБОУ Александро – Ершинской СШ не соответствует стандартам.

**Цель исследования:** выяснить, сколько должен весить школьный портфель учеников 1 класса МБОУ Александро – Ершинской СШ.

**Задачи:**

1. Изучить источники информации по теме «Школьный портфель»

2. Провести анкетирование среди учеников 1 класса МБОУ Александро-Ершинской СШ.

3. Провести наблюдение за наполняемостью портфеля учеников 1 класса МБОУ Александро - Ершинской СШ.

4. Разработать рекомендации для родителей учеников 1 класса и родителей будущих первоклассников.

5. Сделать выводы по итогам проделанной работы

**Объект исследования:** школьный портфель.

**Предмет исследования:** вес школьного портфеля.

**Методы исследования:**

1. Анализ источников информации
2. Анкетирование учеников 1 класса
3. Наблюдение за весом и наполняемостью портфеля учеников 1 класса
4. Обобщение полученных данных

В первой главе рассматриваются требования к школьному портфелю; результаты практической работы: наблюдения за весом и наполняемостью школьного портфеля учеников 1 класса МБОУ Александро – Ершинской СШ, анкетирования учеников 1 класса МБОУ Александро – Ершинской СШ.

В заключении подводятся выводы по проведенному исследованию. Источники информации, используемые в ходе выполнения исследовательской работы: книги, Интернет – ресурсы.

В приложении №2 разработаны рекомендации по выбору школьного портфеля для родителей.

**Глава I. Школьный портфель**

**1.1. Требования к школьному портфелю**

Процесс формирования осанки начинается с первых лет жизни и продолжается до 21 года. У детей с 4 до 8 лет осанка неустойчива. Возраст от 8 до 17 лет – самый важный период жизни для формирования осанки, даже малейшее отклонение в развитии осанки могут привести к тяжелым деформациям позвоночника и конечностей. Именно в этот период «закладываются» будущие болезни позвоночника и суставов. Осанку школьника портят тяжелые портфели. Медики говорят: «В целом, для маленького ребенка носить в школу портфель весом 4-5 килограммов равносильно тому, как если бы взрослый человек каждый день носил на работу килограммов 20-30». Неправильная осанка влияет не только на внешний вид, но и на неправильную работу внутренних органов. Нарушается дыхание и кровообращение, работа печени, кишечника, нервной системы, снижение умственной работоспособности. Но это еще не все, нарушение осанки приводит к ухудшению зрения. Поэтому школьникам и их родителям необходимо предпринять все меры для того, чтобы сохранить здоровье позвоночника. А помогут им в этом и физкультура, и правильная мебель в классе и, конечно же, портфель, подобранный с учетом всех санитарных правил.

Требования к ученическим портфелям и учебникам для детей и подростков установлены положениями:  
- Закон РФ от 07.02.1992 N 2300-1 "О защите прав потребителей";  
- Федеральный закон от 30.03.99 N 52-ФЗ "О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения";  
- Технический регламента Таможенного союза "О безопасности продукции, предназначенной для детей и подростков" (ТР ТС 007/2011);  
- Санитарные правила СанПиН 2.4.7.1166-02 "Гигиена детей и подростков. Гигиенические требования к изданиям учебным для общего и начального профессионального образования".

Техническим регламентом Таможенного союза "О безопасности продукции, предназначенной для детей и подростков" (ТР ТС 007/2011) регламентируются размеры, вес, конструкция, показатели санитарно-химической, токсикологической безопасности материалов, из которых изготовлены ученические портфели и ранцы.  
Маркировка ученических ранцев и портфелей и рюкзаков должна содержать информацию о возрасте пользователя.

Для уменьшения нагрузки на ученика введены нормативы на вес рюкзака школьника. Таким образом, вес школьных портфелей или ему подобных ранцев и рюкзаков должен быть для обучающихся начальных классов не более 700 г.

Для того чтобы определить правильный вес портфеля с тетрадками и книжками, можно использовать вычисление отношения веса портфеля к весу ученика. Оптимальное соотношение составляет 1:10 (вес портфеля по формуле: **m/п = m/у : 10,** где **m/п**- масса портфеля ученика, **m/у**– масса тела ученика)».

Согласно нормам, вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей должен быть для учеников 1-х и 2-х классов не больше 1,5 кг.

**Вес школьного портфеля.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Класс** | **Вес пустого портфеля, гр** | **Максимально допустимый вес портфеля, кг** |
| 1 | Не более 700 | Не более 1,5 |

Таким образом, для правильного формирования осанки и здоровья школьников большую роль играет правильно подобранный портфель, который должен соответствовать требованиям СанПиН.

**1.2. Анкетирование учеников 1 класса МБОУ Александро – Ершинской СШ**

Нами было проведено анкетирование учеников 1 класса. В опросе участвовало 5 учеников. (Приложение № 1).

Результаты анкетирования представлены в таблице:

**Таблица №1. Результаты анкетирования**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Вопрос** | **Результаты опроса** |
| **1.** | Кто выбирал твой школьный портфель? | 1. Я сам (сама) – 60 % 2. Мама – 0 3. Папа – 0 4. С родителями вместе – 40 % 5. Не знаю - 0 |
| **2.** | По каким критериям выбирали? | 1. Удобно – 40 % 2. Цвет – 60 % 3. Форма – 0 4. Цена - 0 |
| **3.** | Знаешь ли ты, каковы основные критерии правильного выбора школьного портфеля? | 1. Да – 80 % 2. Нет – 20 % |
| **4.** | Нравится ли тебе твой школьный портфель и почему? | 1. Да –100 % 2. Нет -0 |

По результатам анкетирования выявлено, что в основном портфель выбирают дети, а самым главным критерием считают внешний вид (цвет). И никто не знает основных критериев школьного портфеля.

На основании вышеизложенного можно сделать вывод, что портфели учеников нашего класса не соответствуют основным критериям.

**1.3. Результаты наблюдения**

Так как основным критерием по выбору школьного портфеля мы выбрали вес, нами было организовано наблюдение за наполняемостью портфелей учеников 1 класса. В течении одной недели мы взвешивали портфели и наблюдали их содержимое. Результаты наблюдения приведены в таблице.

**Таблица №2. Результаты наблюдения**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Ф.И. ученика** | **Вес ребёнка, кг** | **Вес пустого портфеля, г** | **Рекомен**  **дуемый вес портфеля, кг** | **Вес портфеля в понед-к, кг** | **Вес портфеля в втор-к, кг** | **Вес портфеля в среду, кг** | **Вес портфеля в чет-г, кг** | **Вес портфеля в пят-у, кг** |
| Малинова Анастасия | 22 | 454 | 2.200 | 1.874 | 2.090 | 2.252 | 1.796 | 2.234 |
| Сентерев Вячеслав | 19.5 | 480 | 1.950 | 2.426 | 2.032 | 2.252 | 1.796 | 2.125 |
| Терехова Полина | 19.5 | 436 | 1.950 | 1.858 | 1.758 | 2.126 | 1.600 | 2.130 |
| Хельм Дарья | 20 | 456 | 2. | 1.840 | 2.014 | 2.082 | 1.770 | 1.900 |
| Чешель Анна | 18.5 | 200 | 1.850 | 1.650 | 1.628 | 1.006 | 920 | 1.564 |

По итогам наблюдения видно, что тяжелее всех портфель у Сентерева Вячеслава. 4 раза в неделю у него портфель весит выше нормы. У Малиновой Насти, Тереховой Полины и Хельм Дарьи вес портфеля выше нормы 2 раза в неделю. И у Чешель Анны вес портфеля в норме. Так же по данным видно, что самый тяжёлый вес пустого портфеля оказался у Славы, а самый лёгкий у Ани.

Проверив наполняемость всех портфелей, оказалось, что у большинства учеников в портфелях находятся лишние предметы: учебники и тетради по предметам, которых нет в расписании данного учебного дня, журналы, раскраски, игрушки, еда.

Можно сделать вывод, что многие носят в портфелях лишние предметы, которые, в свою очередь их утяжеляют. А это очень вредно для здоровья.

**Заключение**

Целью исследования было: выяснить, сколько должен весить школьный портфель.

Для достижения цели были изучены источники информации по теме «Школьный портфель».

В результате проведенного исследования можно сделать следующие выводы:

Выбор портфеля является важным делом для родителей и ребёнка. Нужно подойти к этому выбору серьёзно, ведь портфель напрямую влияет на здоровье ученика.

Важным критерием при выборе портфеля является ни его внешний вид, а именно вес. Но многие родители выбирают портфели с целью его вместимости, которая непосредственно влечёт за собой высокую нагрузку на ученика и приводит к последствиям.

Благодаря проведённому наблюдению, мы выяснили, что портфели учеников 1 класса нашей школы перегружены. Но перегружены они из-за ненужных вещей и предметов.

По данным анкетирования мы выяснили, что никто из родителей 1 класса не знает каковы основные критерии правильного выбора школьного портфеля. Для этого нами была составлена памятка по выбору школьного портфеля (Приложение №2), которую мы вручили родителям первоклассников и родителям будущих первоклассников.

Цель исследования достигнута. Гипотеза о том, что вес школьного портфеля учеников 1 класса не соответствует стандартам подтвердилась.

**Используемые источники информации**

1. Лопанин А. «Тяжелая ноша». Интернет-ресурс - [http://timix.nios.ru/archives/6862](http://infourok.ru/site/go?href=http%3A%2F%2Ftimix.nios.ru%2Farchives%2F6862)

2. Санитарные правила и нормы СанПиН "Гигиенические требования к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждений.

3. Стрельцова И.В. Исследовательская работа «Мое здоровье». // Начальная школа. – 2008. - №5, с.21.

**Приложение №1.**

**Анкета**

**«Как я выбрал свой школьный портфель»**

1. Кто выбирал твой школьный портфель?

\_\_\_\_\_Я сам (сама)

\_\_\_\_\_Мама

\_\_\_\_\_Папа

\_\_\_\_\_С родителями вместе

\_\_\_\_\_Не знаю

2. По каким критериям выбирали?

\_\_\_\_\_Удобно

\_\_\_\_\_Цвет

\_\_\_\_\_Форма

\_\_\_\_\_Цена

3. Знаешь ли ты, каковы основные критерии правильного выбора школьного портфеля?

\_\_\_\_\_Да \_\_\_\_\_\_Нет

Перечисли критерии:

4. Нравится ли тебе твой школьный портфель и почему?

**Приложение №2.**

**«Рекомендации по выбору школьного портфеля»**

1. **Вес (масса) портфеля = m/у : 10 (**где **m/у**– масса тела ученика)».
2. Вес пустого портфеля для учеников 1-2 класса: не более 700 грамм
3. Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не больше 1,5 кг.
4. Рекомендуем  не носить в школу лишних школьных принадлежностей!

**Будьте здоровы!**