

Dzień Tornistra



1 października to Ogólnopolski Dzień Tornistra. Jest to akcja edukacyjna Ministerstwa Edukacji Narodowej, która ma na celu zapobieganie noszenia przez uczniów zbyt ciężkich plecaków.

W trosce o zdrowie naszych dzieci wrywkowo zważono kilka tornistrów uczniów z klas I B, II D i III D. Najcięższy tornister w klasach ważył 6,15 kg, a najlżejszy 2,80 kg. Przy czym najlżejszy pusty tornister ważył 0,44 kg, a najcięższy pusty 2,200 kg. Tornistry zawierały książki, zeszyty ćwiczeń, piórniki, stroje na lekcje wychowania fizycznego, obuwie zmienne do świetlicy, śniadaniówki i woda/napoje w plastikowych butelkach lub bidonach. Uczniowie w swoich tornistrach często zabierają do szkoły zbędne przedmioty np. 2-3 piórniki, notesy, breloczki. Nieodpowiednie nawyki zabierania i noszenia dużego obciążenia na plecach mogą prowadzić do nieprawidłowej postawy ciała i schorzeń ortopedycznych. Umiejętność właściwego pakowania, prawidłowo dobranego tornistra to podstawowe czynniki wpływające na prawidłową postawę ciała i zdrowie naszych dzieci. Do zobaczenia za rok, przy następnym ważeniu tornistrów.

Zalecenie Światowej Organizacji Zdrowia (WHO), zgodnie z którym ciężar na plecach ucznia nie powinien przekraczać 10% wagi dziecka.

Stanowisko Instytutu Matki i Dziecka w myśl którego, ciężar tornistra nie powinien przekraczać 10% wagi dziecka.

Wytyczne Głównego Inspektora Sanitarnego, zgodnie z którym waga tornistra nie powinna przekraczać 10 do 15% masy ciała ucznia.

Pozdrawiamy I. Skumiewska, D. Preus, J. Groszewska i A. Kiełb.

Galeria zdjęć:













