

Raport szkolnego badania obciążenia uczniów ciężarem tornistrów. I etap- klasy I i III.

Zgodnie z zaleceniami Głównego Inspektora Sanitarnego waga tornistra nie powinna przekraczać 10–15 % masy ciała dziecka. Z przeprowadzonych przez nas badań w styczniu 2017r. wynika jednak, że co drugi uczeń w wieku wczesnoszkolnym nosi za ciężki plecak.

Badaniem zostało objętych 252 uczniów Szkoły Podstawowej nr 2 im. Jarosława Dąbrowskiego w Olsztynie: 74 uczniów z klas I oraz 178 uczniów klas III.

Pani Bogumiła Świtek- pielęgniarka szkolna przeprowadziła w styczniu badanie obciążenia uczniów ciężarem tornistrów. Badaniu zostali poddani uczniowie w klasach I i III. Analiza zgromadzonych danych przedstawia skalę problemu w badanej grupie wiekowej na próbie liczącej 252 uczniów.

Badanie ważenia plecaków przeprowadzono na wszystkich uczniach klas: I a, b, c oraz III a, b,c d, e, f, g- łącznie 10 klas pierwszego etapu edukacyjnego.

Problem przeciążonych plecaków w największym stopniu dotyka najmłodszych dzieci z klas pierwszych.

Najcięższy plecak pierwszoklasisty z klasy I b- ważył 5 kg/ bez stelaża/. Jedyne u dwojga uczniów z klas pierwszych ciężar plecaków nie przekraczał 2 kg- 1, 8 kg w klasie I c .

Wśród klas pierwszych nieprzeciążone plecaki mają uczniowie klasy I c.

6,8 kg – tyle ważył najcięższy plecak ucznia klasy III c!

Kilkoro uczniów klas trzecich nosi plecaki o wadze 1,4-1,6 kg.

Najlżejszy plecak wśród uczniów pierwszego etapu edukacyjnego miała trzecioklasistka z III f, który ważył 1,2 kg.

Spośród badanych siedmiu klas trzecich ciężar plecaków w klasach IIIa, IIIc, IIIId, i IIIIf nie przekracza 10–15 % masy ciała dziecka, a w klasie IIIa znacznie poniżej normy 😊 Nawet 4–6 kg waży plecak dziecka objętego edukacją wczesnoszkolną.

Nadmierna waga tornistra może powodować nasilenie bólów pleców, ma wpływ na zmniejszenie pojemności płuc, może sprzyjać kształtowaniu nieprawidłowej statyki ciała i w efekcie skrzywieniom kręgosłupa.

Na przekroczenie wagi tornistrów/plecaków uczniów mają wpływ przede wszystkim czynniki takie jak:

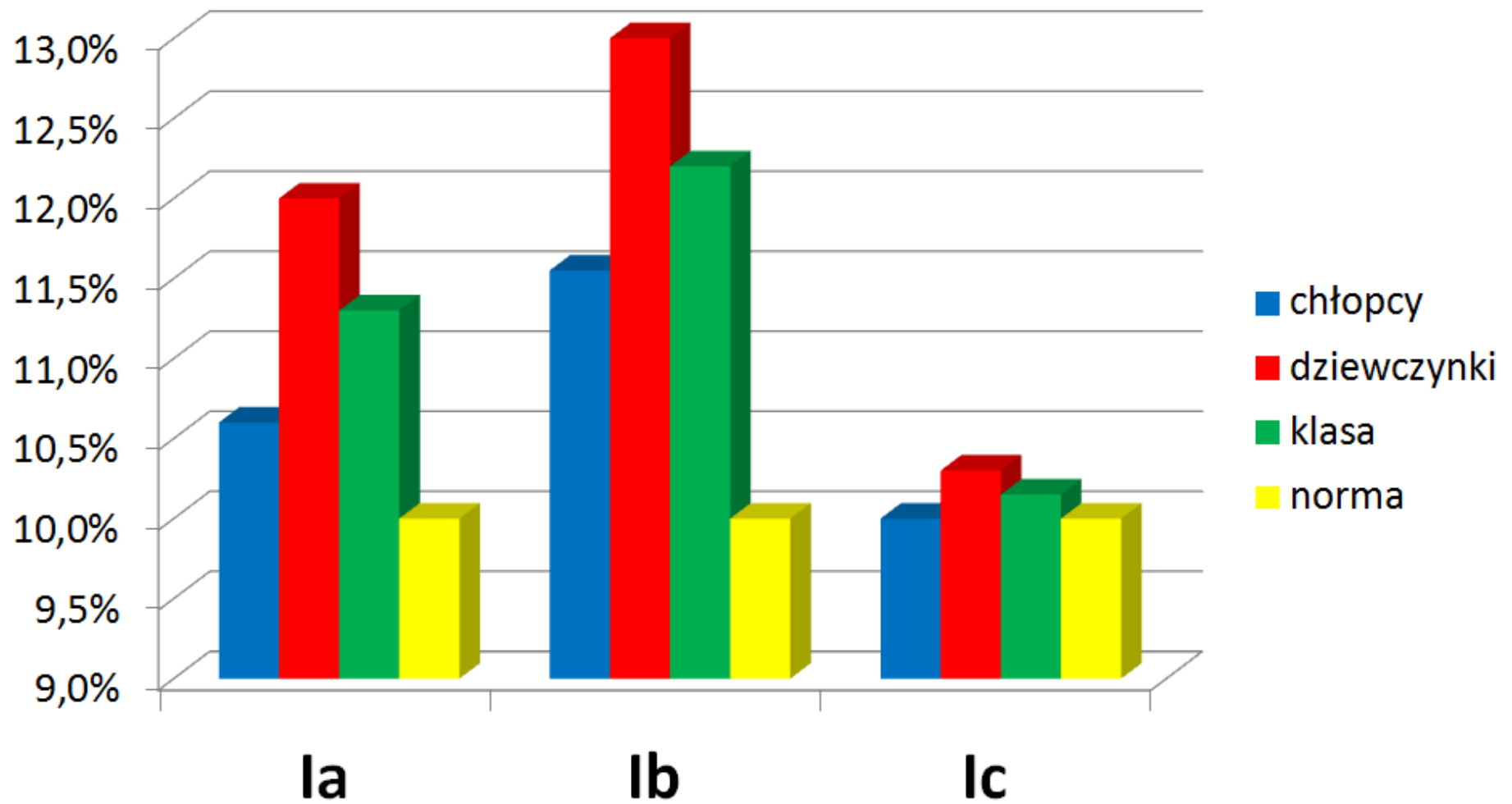
- obciążenie podręcznikami i zeszytami z przedmiotów, które nie były ujęte w programie nauczania w danym dniu,
 - noszenie dodatkowych słowników i książek,
 - noszenie przedmiotów nie związanych bezpośrednio z programem nauczania, takich jak: pamiętniki, albumy, zabawki, butelki z napojami,
 - rodzaj materiału, z jakiego został wykonany tornister lub plecak
- (waga pustego tornistra waha się od 0,5 kg do 2 kg),
- niewystarczający nadzór opiekunów (rodziców, nauczycieli) nad zawartością tornistrów.

W oparciu o uzyskane dane przygotowano infografikę obrazującą skalę problemu, przedstawiającą zebrane dane w sposób przystępny i łatwy do przyswojenia.

Agata Kozłowska- szkolny koordynator zespołu do spraw promocji zdrowia

Bogumiła Świtek- pielęgniarka szkolna

klasy I



klasy III

■ chłopcy ■ dziewczynki ■ klasa ■ norma

