

# Zalecenia dotyczące tornistrów szkolnych!

## Rodzicu!

Zadbaj o to, aby Twoje dziecko nie ugięło się pod ciężarem szkolnego tornistra!

Przy zakupie tornistra/plecaka zwróć szczególną uwagę na:

- materiał z jakiego plecak/tornister jest wykonany, a tym samym wagę pustego plecaka/tornistra;
- szerokie, regulowane szelki, aby zapewnić swobodę przy zakładaniu i zdejmowaniu;
- usztywnioną ściankę, która powinna przylegać do pleców,
- zalecane jest także dodatkowe zapięcie spinające szelki z przodu klatki piersiowej.

A także:

- Codziennie kontroluj zawartość tornistra, aby zapobiec zabieraniu zbędnych przedmiotów jak zabawki, gry komputerowe, albumy ze zdjęciami itd.!
- Zwróć uwagę na symetryczne rozłożenie ciężaru!
- Podczas pakowania sprawdź, które podręczniki, zeszyty i przybory szkolne są potrzebne następnego dnia podczas zajęć!
- Ustal z nauczycielami ilość niezbędnych pomocy dydaktycznych, a także możliwości pozostawienia części przyborów lub podręczników w szkole!
- Kupuj zeszyty w miękkich okładkach!
- Zwróć uwagę na noszenia tornistra/plecaka na obu ramionach!

## Nauczycielu!

- Poinformuj rodziców o możliwości pozostawienia części przyborów szkolnych i podręczników w szkole!
- Ustal z dziećmi jakie podręczniki i pomoce dydaktyczne będą potrzebne dnia następnego!
- Zwróć uwagę na to co dzieci przynoszą do szkoły celem wyeliminowania zbędnych przedmiotów!
- Przeprowadź lekcję instruktazową pakowania i noszenia tornistra!
- Wyznacz miejsce w klasie lub na terenie szkoły, w którym uczniowie będą mogli pozostawić część przyborów i podręczników szkolnych!



WOJEWÓDZKA STACJA  
SANITARNO-EPIDEMIOLOGICZNA  
W POZNANIU

