

Zalecenia dotyczące tornistrów szkolnych

Aby zapobiec wadom postawy wśród dzieci, przy zakupie tornistra/plecaka warto zwrócić 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.

Należy także:

- codziennie kontrolować zawartość tornistrów, aby zapobiec zabieraniu zbędnych przedmiotów jak zabawki, gry komputerowe itd.,
- zwracać uwagę na symetryczne rozłożenie ciężaru,
- podczas pakowania sprawdzać, które podręczniki, zeszyty i przybory szkolne są potrzebne następnego dnia podczas zajęć,
- ustalać z nauczycielami ilość niezbędnych pomocy dydaktycznych, a także możliwości pozostawienia części przyborów lub podręczników w szkole,
- kupować zeszyty w miękkich okładkach,
- zwracać uwagę na noszenia tornistra/plecaka na obu ramionach.



Wojewódzka Stacja
Sanitarno-Epidemiologiczna
we Wrocławiu

