



## Ciężar tornistrów a wady postawy

Już dwukrotnie w bieżącym roku szkolnym zespół promocji zdrowia przeprowadził badania dotyczące porównania masy plecaków uczniowskich w odniesieniu do ich masy ciała.

**Badania wykazały istnienie dużych dysproporcji w ciężarze tornistrów noszonych przez uczniów. Są dzieci, które noszą tornistry bardzo lekkie, a są i takie, które uginają się wprost pod ich ciężarem.**

Porównano proporcje masy noszonych przez dzieci tornistrów do masy ich ciała. Otóż są one najwyższe wśród uczniów klasy pierwszej i drugiej: dzieci z tych klas noszą tornistry cięższe w stosunku do masy swojego ciała niż np. uczniowie klasy trzeciej.

termin pomiarów ilość uczniów		ilość uczniów z tornistrami >10% masy ciała		
		22-26.11.2010	7-11.03.2011	ubyło
klasy I	49	49 - 100%	36 - 74%	26%
klasy II	43	41 - 95%	33 - 78%	17%
klasy III	37	25 - 68%	13 - 35%	33%
klasy IV	43	26 - 61%	11 - 26%	35%
klasy V	42	13 - 31%	6 - 14%	17%
klasy VI	58	40 - 69%	15 - 26%	53%
ogółem	272	194 - 71%	114 - 42%	29%

**Z zestawień wynika, iż dzieci z klasy pierwszej i drugiej noszą tornistry o takiej samej i wyższej średniej masie jak ich starsi koledzy. Gdy weźmie się pod uwagę fakt, iż masa ciała dziecka z klasy pierwszej lub drugiej zazwyczaj jest niższa od masy dziecka z klasy np. trzeciej, powinno to wzbudzić niepokój rodziców i nauczycieli.**

Również niepokojące jest to, iż ponad 70% dzieci z klas pierwszej i drugiej nosi tornistry ważące powyżej 10% masy swojego ciała.

Jednocześnie badania wykazały znaczny spadek (średnio o 29% ) ilości uczniów, których tornistry mają zbyt dużą masę w stosunku do masy ich ciała. Jest to prawdopodobnie wynikiem wprowadzenia szafek uczniowskich, w których dzieci mogą pozostawiać książki i przybory szkolne, których w danej chwili nie potrzebują oraz rozmów wychowawców klas z rodzicami przeprowadzonych podczas zebrań po pierwszej turze pomiarów wsparte ulotkami „Tornister na wagę zdrowia”.

## **ILOŚĆ UCZNIÓW Z WADAMI POSTAWY w roku szkolnym 2010/2011**

<b>klasy</b>	<b>Ilość uczniów z wadami postawy</b>	<b>Odniesienie do poziomu wiekowego</b>
<b>PIERWSZE</b>	<b>14</b>	<b>26%</b>
<b>DRUGIE</b>	<b>19</b>	<b>38%</b>
<b>TRZECIE</b>	<b>21</b>	<b>49%</b>
<b>CZWARTE</b>	<b>22</b>	<b>43%</b>
<b>PIĄTE</b>	<b>11</b>	<b>25%</b>
<b>SZÓSTE</b>	<b>26</b>	<b>43%</b>
<b>ogółem</b>	<b>113</b>	<b>37%</b>

Jeszcze raz w tym roku szkolnym będziemy sprawdzać masę plecaków uczniowskich. Mamy nadzieję na współpracę z rodzicami w tym obszarze i zrozumienie przez nich wagi problemu.

Opracowanie : Jolanta Walczak

Szkoła Podstawowa nr 15 w Zielonej Górze