

## **Что необходимо купить к 1 сентября**

Еще один вопрос, который волнует родителей, что необходимо купить к началу учебных занятий.

### **Выбираем школьные принадлежности и форму**

По словам специалистов, необходимо составить список необходимых вещей. При выборе школьной формы нужно тщательно подобрать размер, чтобы ребенку было удобно ходить, сидеть и двигаться в одежде. Можно подобрать сразу несколько предметов школьной одежды, чтобы их можно было комбинировать.

К выбору обуви стоит также подойти со всей серьезностью: от того, что ребенок носит на ногах, зависит его здоровье. Рекомендуется обувь из натуральной кожи, нубука, текстиля.

Следующая статья расходов – это рюкзак и канцелярские принадлежности. Детям младшего и среднего возраста рекомендуют носить не рюкзак, а ранец, так как он держит форму и равномерно распределяет вес школьных учебников. Если вы сделали выбор в пользу рюкзака, выбирайте его с полужесткой ортопедической спинкой – это лучше, чем не удерживающий форму мешок.

Особенно серьезно нужно подходить к покупке учебников, атласов, информационных материалов на технических носителях и т.д., советуют в Роспотребнадзоре.

### **Публикуем примерный список:**

- ✓ ранец (портфель)
- ✓ школьная форма
- ✓ сменная обувь
- ✓ сумка для сменной обуви
- ✓ спортивная форма
- ✓ спортивная обувь
- ✓ канцелярские принадлежности

- ✓ принадлежности для уроков труда и рисования

### **Список канцелярских товаров для первоклассника:**

- ✓ дневник
- ✓ папка для тетрадей
- ✓ тетради в клетку
- ✓ тетради в косую линию
- ✓ обложки для тетрадей
- ✓ обложки для книг
- ✓ подставка для книг
- ✓ закладки для книг
- ✓ пенал
- ✓ ручки с синей пастой
- ✓ простые карандаши
- ✓ точилка с боксом
- ✓ ластик
- ✓ линейка 15-20 см

### **Принадлежности для уроков труда и рисования:**

- ✓ альбом
- ✓ цветные карандаши
- ✓ акварельные краски или гуашь
- ✓ баночка-непроливайка под воду
- ✓ набор кистей для рисования
- ✓ цветная бумага
- ✓ цветной картон
- ✓ белый картон
- ✓ ножницы
- ✓ клей ПВА
- ✓ клей-карандаш
- ✓ кисть для клея
- ✓ пластилин
- ✓ дощечка для лепки
- ✓ клеенка на стол
- ✓ фартук,
- ✓ защитные нарукавники

### **Выбираем правильно рюкзак**

Управление Роспотребнадзора дает рекомендации, как правильно выбрать ребенку рюкзак в школу. В ведомстве подчеркивают, что необходимо учитывать несколько основных моментов. Это размер, вес, анатомическая форма, конструкция, посадка, прочность, практичность, качество используемых материалов и их безопасность.

Использование ранца не должно создавать никакого дискомфорта школьнику. Он должен быть максимально удобным (эргономичным), легким и простым в использовании. У ребенка должна быть возможность самостоятельно, без помощи взрослого, надевать и снимать рюкзак. Ранец должен подходить ребенку по размерам, соответствовать росту. Выбирайте максимально легкий рюкзак. Вес ранца без учебников для учащихся 1-4 классов должен быть не более 700 грамм.

Ткань предпочтительно выбирать прочную и водонепроницаемую. Лямки должны быть широкими и мягкими, чтобы они не давили на плечи, а равномерно распределяли нагрузку по всей спине.

Использование моделей с анатомической спинкой обеспечивает формирование правильной осанки ребенка, минимизирует давление на позвоночник и способствует правильному и равномерному распределению веса. Эти преимущества важны для данной вещи.

Поэтому, если финансовые возможности позволяют – лучше приобрести ортопедический рюкзак. Подбирая рюкзак, не забывайте, что помимо вышеизложенных требований, он также должен быть максимально безопасным. Наличие на ранце светоотражающих знаков или нашивок поможет ребенку быть заметным на дороге или тротуаре в вечернее время. При выборе ранца обязательно учитывайте пожелания ребенка. Пусть ребенок сам выберет цвет и рисунок, ведь очень важно, чтобы ваш ребенок с удовольствием носил школьный рюкзак.

