

Проект

Сколько весит портфель пятиклассника?

Проект выполнили
учащиеся 5 класса
МБОУ «СШ№29 с углубленным изучением отдельных предметов»
Кульманский Константин
Муханов Вячеслав
Орлов Иван
Рыженков Степан



Цель проекта:
Определить, сколько весит портфель
пятиклассника и как вес портфеля влияет
на здоровье школьника



Задачи

- ✓ Взвесить портфель пятиклассника**
- ✓ Определить соответствие веса портфеля нормам**
- ✓ Выявить способы облегчения портфеля**

Объект исследования:
Портфель пятиклассника

Гипотеза исследования:
Мы предполагаем, что вес портфеля не всегда соответствует санитарным нормам, а это наносит непоправимый вред нашему здоровью

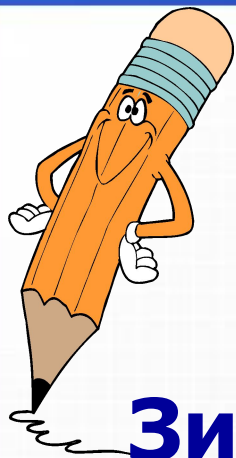


Методы исследования:

- ✓ анализ
- ✓ опрос
- ✓ наблюдение
- ✓ сбор информации
- ✓ эксперимент

Актуальность исследования:

- ✓ Здоровье – это самое важное, что есть у человека. О нем следует заботиться с детства
- ✓ Врачи отмечают рост ортопедических заболеваний среди школьников



**Зимой по улице бежит,
А летом в комнате лежит,
Но только осень настаёт,
Меня он за руку берёт.
И снова в дождик и в метель
Со мной шагает мой портфель.**

«История школьного портфеля»



Из толкового словаря:



• **ПОРТФЕ'ЛЬ**- [фр. *portefeuille* от *porter* — носить и *feuille* — лист].

Четырехугольная сумка с застёжкой, обычно кожаная, для ношения деловых бумаг.





Ф.Решетников . Опять двойка.

Третьяковская галерея.
1952 г.

Фото из музея школы №1



Портфель пятидесятих годов XX века



С.А.Григорьев. Вратарь.

Третьяковская галерея. 1949 г.

Фото из музея школы №1



Портфель шестидесятых годов XX века

Фото из архива Катышкиной Т.В.



• **КОЛЕНКОР** — покровный переплетный материал на тканевой основе со специальным покровным слоем.

Издательский словарь-справочник

Портфели 1970 года.



Фото из музея школы №1

1 сентября 1970 г. школа №1



Ранец и портфель

Ранец 1977 года

1 сентября 1977 г. школа №10 г. Дубна



• **РА'НЕЦ** - [нем. *Ranzen*]. Сумка для ношения при себе вещей, надеваемая посредством помочей на спину у школьников — для книг и учебных принадлежностей.

Портфель начало 80-х годов XX века.



Портфель-сумка 1983-1985 гг.

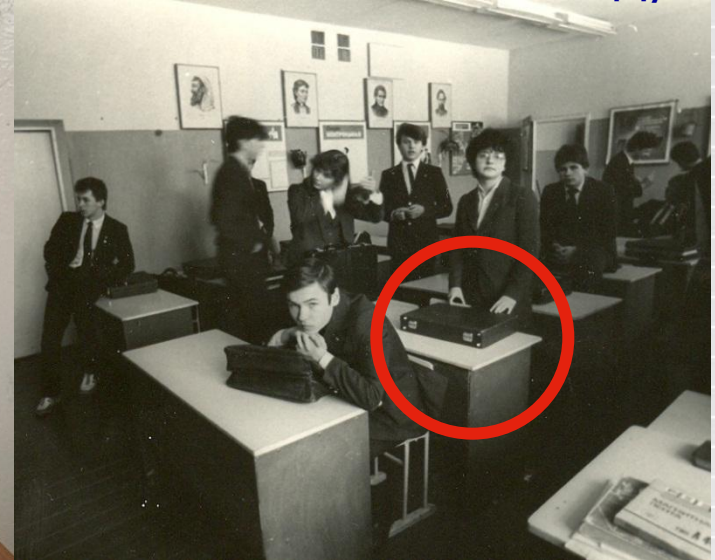


*К/ф «Приключения
Электроника» 1980 г.*

Дипломат 1985-1987 гг.



1986-1987 г. школа №3 г. Дубна



• **Дипломат (Кейс)** — это узкая, коробкообразная сумка, сделанная из винила или кожи с ручкой на конце. Используется в основном для переноски бумаг и других документов.

Портфель современного школьника

Ранец [нем. Ranzen]



Рюкзак [нем. Rucksack]



Сумка [др.-рус. Сумъка]

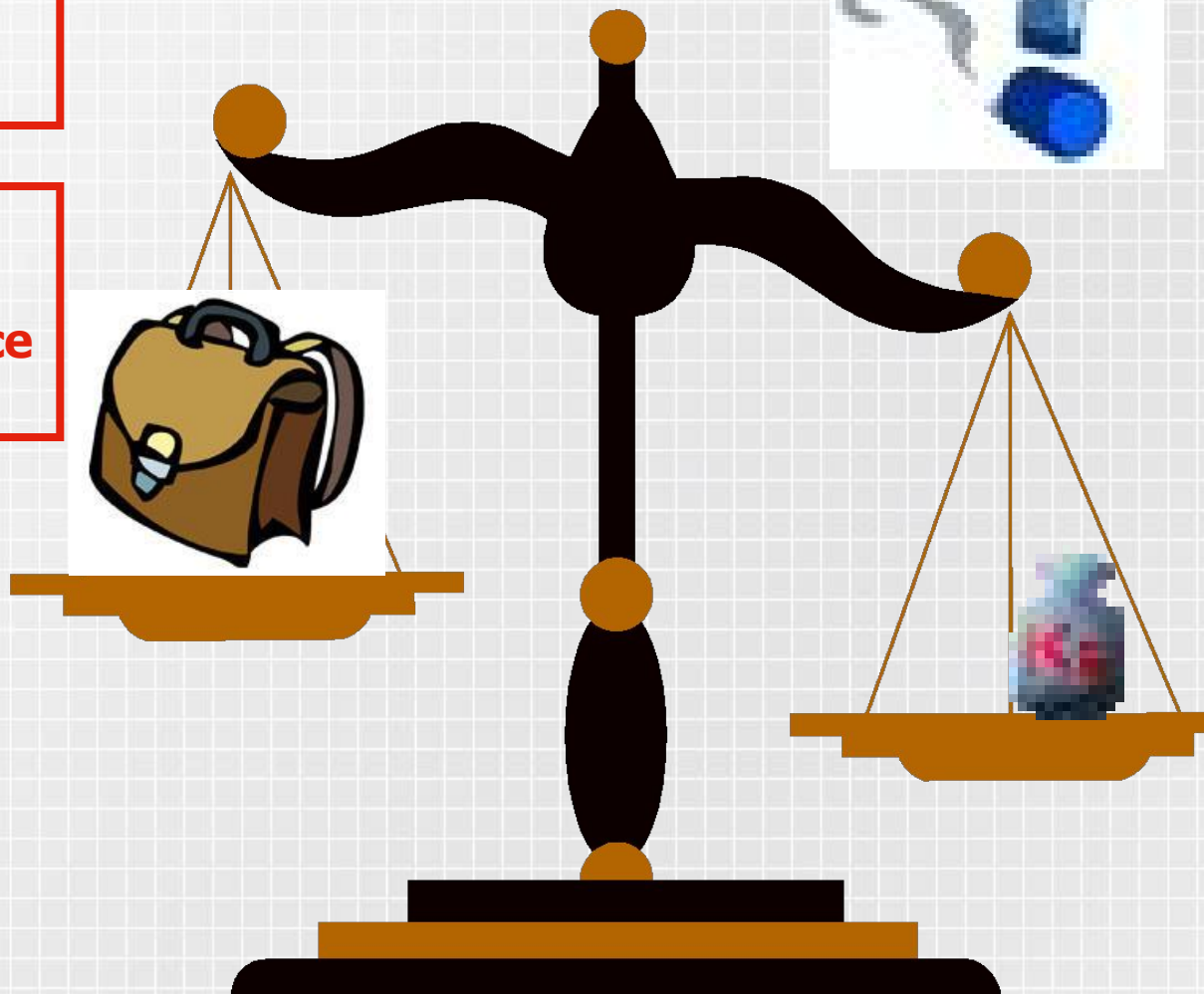


Эксперимент: Сколько весит портфель пятиклассника?



Нормы веса для портфеля
учащегося 5 класса:
3 - 3,5 кг

Нормы веса комплекта
учебников и письменных
принадлежностей в 5 классе
- не более 2,5 кг.



Вес портфеля в понедельник

4,5 кг

**Превышение нормы веса
на 1 кг**



Вес портфеля во вторник

5,8 кг

**Превышение нормы веса
на 2,3 кг**



Вес портфеля в среду

5,6 кг

**Превышение нормы веса
на 2,1 кг**



Вес портфеля в четверг

4,7 кг

**Превышение нормы веса
на 1,2 кг**



Вес портфеля в пятницу

5,9 кг

**Превышение нормы веса
на 2,4 кг**



Вес портфеля в субботу

3,2 кг

В пределах нормы веса



Средний вес портфеля

4,95 кг

ВЫВОД: Вес портфеля пятиклассника превышает норму на 1,45 кг

НАША ГИПОТЕЗА ПОДТВЕРДИЛАСЬ!!!

Сколько весят знания школьника в граммах?

Обязательная нагрузка:

Учебники – 3кг

Дневник – 300г

Тетради – 1,2кг

Канц.принадлежности –
500г

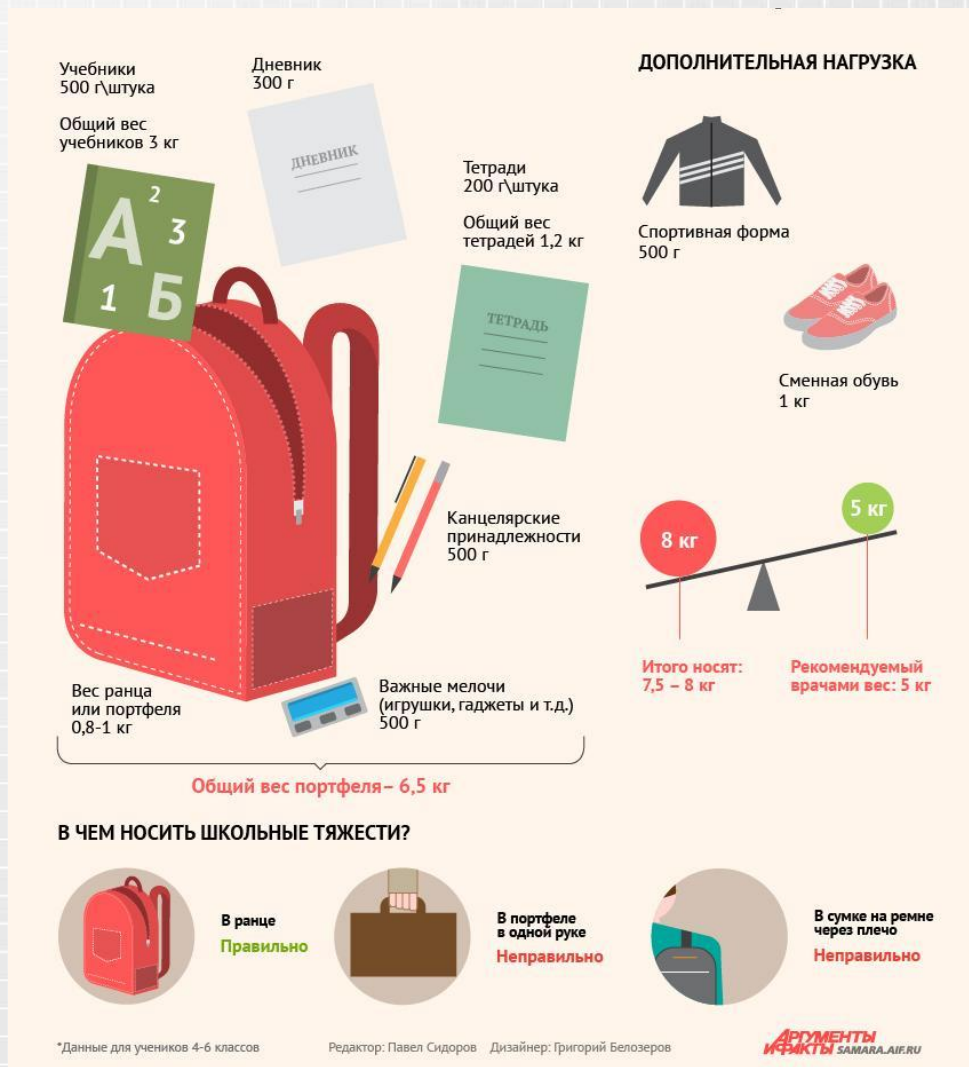
Вес пустого портфеля - 0,8 –
1 кг

Дополнительная нагрузка:

Сменная обувь – 1кг

Спортивная форма – 500г

«Важные мелочи» 0,5 -1 кг



Как много нужно унести в школу!



**Содержимое портфеля следует
тщательно отбирать. Лишнее оставьте
дома.**

Выбор портфеля



Выбор портфеля

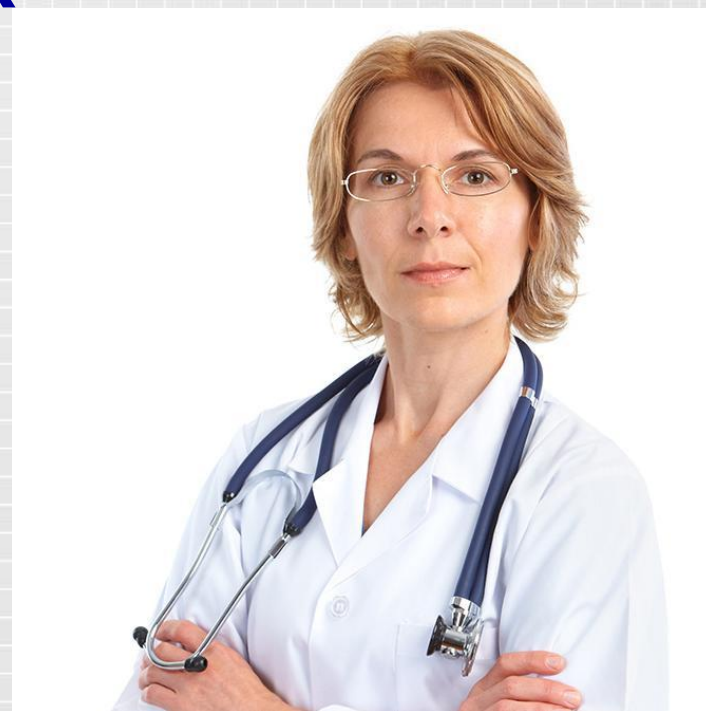


**Покупать следует ранец
с ортопедической спинкой**

Врачи предупреждают:

Ежедневное ношение портфеля, сумки или рюкзака с мягкой спинкой способствует нарушению осанки.

Регулярная асимметричная нагрузка на неокрепший позвоночник чревата неприятностями на всю оставшуюся жизнь.



Статистика

Сколиоз - (греч. σκολιός — «кривой», лат. *scoliōsis*) — аномальное искривление позвоночника у человека.

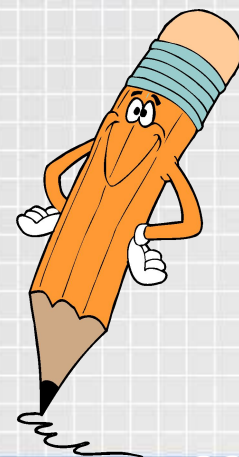
По данным статистики, более чем у половины школьников наблюдается искривление позвоночника.

Одна из причин — неправильный выбор портфеля и большой его вес



Наши рекомендации:

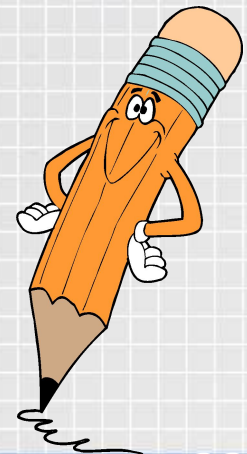
- ✓ Не носите ранец или портфель в одной руке
- ✓ Не перегружайте портфель
- ✓ Проверяйте портфель ежедневно и не забывайте выкладывать из него ненужные вещи
- ✓ При покупке портфеля учитывайте его вес, а также модель спинки и ремней
- ✓ Правильно сидите за партой
- ✓ Занимайтесь спортом, укрепляйте мышцы спины



Заключение

- ✓ Нам очень интересно было работать над проектом в группе;
- ✓ Тема исследования оказалась не только увлекательной, но и важной для нашего здоровья;
- ✓ Мы узнали, что тяжелый портфель является не только причиной усталости и плохого настроения, но и серьезных заболеваний;
- ✓ Мы нашли способы сделать портфель легче, а значит, позаботились о своем здоровье.

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ



Источники:

1. <http://www.samara.aif.ru/infographic/memo/1027820>
2. <http://www.chitalnya.ru/work/609817/>
3. <http://enc-dic.com/rusehy/Portfel-3172.html>
4. <http://cccp.temadnya.com/605877258412886040>
5. <http://www.rg.ru/2011/03/16/sanpin-dok.html>