

KAKO ZMANJŠATI TEŽO ŠOLSKIH TORBIC ?

Svetovna zdravstvena organizacija ima za pretežno šolsko torbo vse, kar presega deset odstotkov otrokove telesne teže. Rezultati slovenskih raziskav kažejo, da šolarji večinoma nosijo pretežke torbe.

Ukrepi, ki bi težavo težkih šolskih torb vsaj nekoliko omilili:

- Starši bodite pozorni že pri nakupu šolske torbe, le-ta naj bo čim lažja. Torbe na kolesih so precej težke, poleg tega se starejši učenci selijo iz razreda v razred, pogosto tudi po stopnicah, kjer je potrebno torbo nositi.
- Učenci naj v šolo nosijo samo tisto, kar res potrebujejo po urniku za vsak dan v tednu posebej. Starši vsakodnevno preko pogovora kontrolirajte, če imajo učenci v torbi res samo tisto, kar potrebujejo v šoli za pouk po urniku.
- V garderobnih omaricah naj shranjujejo copate, mogoče še potrebščine za likovni pouk. Žal v omaricah ni dovolj prostora za shranjevanje knjig in zvezkov.
- Težo v torbi naj učenec razporedi tako, da so težji predmeti zloženi bližje hrbtu, lažji pa stran od telesa.
- Učitelji naj učence usmerjajo, katere učbenike bodo potrebovali naslednji šolski dan.
- Učitelji naj poskušajo poiskati primerno mesto hrambe šolskih potrebščin v razredih, če je to mogoče.
- Razredniki naj se z učitelji in učenci dogovarjajo o primernih mestih hrambe šolskih potrebščin, učence pa opozarjajo na organizacijo predmetov v šolskih torbah in na to, da naj ne nosijo v šolo nepotrebnih stvari.
- Razredniki se o problematiki in možnih rešitvah pogovarjajo s starši na roditeljskih sestankih.