**Как выбрать ранец**

# В преддверии нового учебного года  открываются школьные ярмарки.

#  Управление Роспотребнадзора по Новосибирской области обращает внимание, что требования безопасности, предъявляемые к учебным изданиям, ученическим портфелям и ранцам для детей и подростков, установлены положениями:

# - Федерального закона от 30 марта 1999 года № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»,

# - Технического регламента Таможенного союза «О безопасности продукции, предназначенной для детей и подростков» (ТР ТС 007/2011),

# - Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 "Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания",

# - Санитарных правил и норм СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания»,

# - Санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи".

# Как выбрать ранец

# При покупке ранца следует обращать внимание не только на его привлекательный вид (насколько он красив и ярок), но и на многие другие характеристики.

# Для детей, особенно младшего школьного возраста, очень важно равномерное распределение тяжести на спину и плечи,  ведь в этом возрасте позвоночник ребёнка находится в процессе активного формирования. Слишком большой и тяжёлый ранец переносит центр тяжести и способствует возникновению проблем с опорно-двигательным аппаратом.

# Во избежание искривления неокрепшего детского позвоночника и хронических болей в спине, необходимо носить не сумки, а ранцы или рюкзаки за плечами. Ранец — это рюкзак с жёсткой спинкой и широкими лямками, максимально приспособленный для переноски школьных принадлежностей. Основное отличие ранца от рюкзаков — ортопедическая (формоустойчивая) задняя стенка, которая позволяет сохранить осанку, оптимально распределить нагрузку на позвоночник и не допустить его искривления. Даже при условии большой нагрузки учебниками - это гарантия здоровья спины ребёнка.

# Для того чтобы минимизировать нагрузку на позвоночник ребенка, в первую очередь необходимо выбрать такой школьный ранец, у которого будут мягкие лямки (ремни должны регулироваться по длине — чтобы ранец можно было надеть и на летнюю, и на зимнюю одежду). Ремни (лямки) должны быть покрыты мягким материалом (не менее 35-40 мм), чтобы не натирали плечи, и не прямыми, а с легким изгибом, чтобы вес равномерно распределился и не давил плечи. Наиболее оптимальная их ширина – 5-8 см.

# Ширина «правильного» ранца не может быть больше ширины плеч. Нижний же край должен проходить по линии талии школьника.

# Материалы, которые используются для изготовления ранцев должны быть легкими, прочными, с водоотталкивающим покрытием, удобными для ухода.

# Кроме того, ранцы должны иметь детали и (или) фурнитуру со светоотражающими элементами на передних, боковых поверхностях и верхнем клапане и изготовляться из материалов контрастных цветов.

# Также, следует учитывать, что вес, который будет нести ребенок не должен превышать 10% от его собственного веса. Такой подход учитывает и индивидуальные возможности ребенка. Вес ранца не должен превышать: для учащихся начальных классов — 700 г, для учащихся средних и старших классов — 1000 г. Вес ежедневного комплекта учебников и письменных принадлежностей не должен превышать: для учащихся 1–2 классов — 1,5 кг, 3–4 классов — 2 кг, — 5–6 — 2,5 кг, 7–8 — 3,5 кг, 9–11-х — 4 кг. Также обращаем внимание на то, что любой школьный товар должен обязательно быть сертифицирован, так выбирая ранец для школьника, спрашивайте его наличие у продавцов. Ещё одной неотъемлемой частью при выборе школьных товаров, является маркировка. Её наносят на изделие, этикетку, прикрепляемую к изделию или товарный ярлык, упаковку изделия, или листок-вкладыш к продукции с указанием наименования страны изготовления, наименование и местонахождение изготовителя, наименование и вид (назначение) изделия, дата изготовления, единый знак обращения на рынке. Кроме этого маркировка ранцев, сумок, ученических рюкзаков, портфелей должна содержать наименование материала, из которого изготовлено изделие, инструкцию по эксплуатации и уходу.