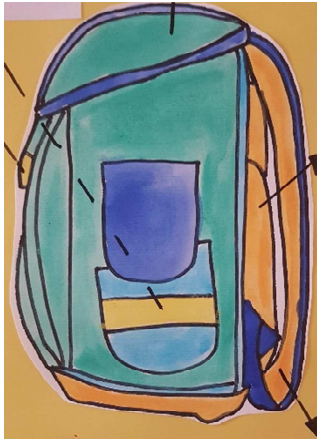


ŠOLSKA TORBA

Eden od dejavnikov, ki vpliva na zdravje šolarja je tudi šolska torba, v kateri vsakodnevno prinaša težja bremena. Pri tem je pomembno, kakšno šolsko torbo ima, kako jo namesti na hrbet in kaj v njej nosi. Na zdravje pa vpliva tu teža šolske torbe.

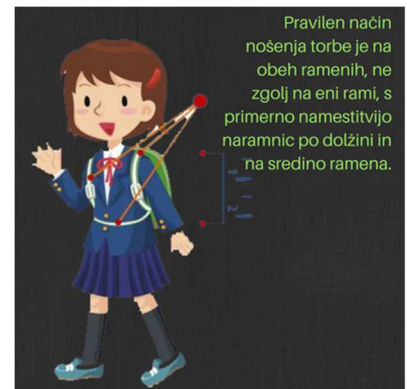
Šolska torba:



- naj bo ustrezne velikosti, **lahka**,
- naj ima zračno, čvrsto, oblazinjeno hrbtnišče, primerne oblike,
- naj ima oblazinjene naramnice, nastavljive po dolžini,
- naj ima odsevnike za boljšo vidnost v prometu.

Pravilno nošenje šolske torbe:

- Težišče torbe naj bo čim bližje težišču osebe.
- Spodnji rob torbe v višini pasu, torej nad zadnjico.
- Zgornji rob torbe pod višino ramen.
- Torba učenca ne sme ovirati pri gibanju.
- Če je nameščen prsni ali trebušni pas naj ga učenec uporablja.
- Torbo naj nosi na obeh ramenih.



Vir: www.nijz.si

Vsebina šolske torbe

V torbi naj ima šolar le tiste učbenike, delovne zvezke in zvezke, ki jih potrebuje tisti dan (pri pripravi vsebine naj v prvih letih šolanja pomagajo starši).

Peresnica naj bo lahka, v njej pa le pripomočki, ki so potrebni.

V torbi naj ne nosi nepotrebnih pripomočkov in igrač (dodatni športni copati, dežniki in pelerine v sončnem vremenu, napolnjene plastenke ...).

Težji in večji pripomočki naj bodo zloženi ob hrbtnišču torbe, manjši in lažji pa spredaj.

Torba naj ne bo težja od desetine otrokove telesne teže.