**ЧТО ВЫБРАТЬ: РАНЕЦ ИЛИ РЮКЗАК?**

**Ранец** — это рюкзак с жесткой спинкой и широкими лямками, максимально приспособленный для переноски школьных принадлежностей.

**Основное отличие ранца от рюкзаков**— ортопедическая задняя стенка. Это гарантия здоровья спины ребенка даже при условии большой нагрузки учебниками.

Ортопедическая спинка позволяет оптимально распределить нагрузку на позвоночник и не допустить его искривления.

· Школьный ранец должен быть выполнен из гигиеничного водоотталкивающего легкого материала;

· Снабжен светоотражателями и эластичными лямками;

· На каждом изделии обязательно должна быть проставлена маркировка, для какого возраста предназначен данный ранец.

**Внимание!**Для начальной школы лучше всего подходят именно ранцы с жестким корпусом. Переходить на мягкие рюкзаки и сумки, которые носят на одном плече, раньше 4-го класса не рекомендуется.

**В соответствии с требованиями п. 8.1, Решения Комиссии Таможенного союза от 28.05.2010**[**№ 299**](http://www.tunadzor.ru/upload/doc/departments/277/reshenie_kom_299.pdf)**(ред. от 17.03.2022) «О применении санитарных мер в Евразийском экономическом союзе», *вес изделий должен быть:***

· не более 600 - 700 граммов для учащихся начальных классов,

· не более 1000 граммов для учащихся средних и старших классов.

Изделия должны иметь изготовленные из материалов контрастных цветов детали и (или) фурнитуру со светоотражающими элементами на передних, боковых поверхностях и верхнем клапане и изготавливаться из материалов контрастных цветов.

Изделия для детей младшего школьного возраста должны быть снабжены формоустойчивой спинкой.

Требования, предъявляемые к размерам изделий для учащихся начальных классов

|  |  |
| --- | --- |
| Показатели | Безопасный уровень, мм |
| Длина (высота) | 300 - 360 |
| Высота передней стенки | 220 - 260 |
| Ширина | 60 - 100 |
| Длина плечевого ремня, не менее | 600 - 700 |
| Ширина плечевого ремня в верхней части |  |
| (на протяжении 400 - 450 мм), не менее | 35 - 40 |
| Далее, не менее | 20 - 25 |

Допускается увеличение размеров не более чем на 30 мм.

**Внимание!** Следите, чтобы в ранце находились только необходимые в данный день учебники и принадлежности.

· Ранец должен хорошо держать форму и не деформироваться при укладывании школьных принадлежностей. Чем больше будет в ранце отделений, тем больше в нем будет порядка; значит нужную вещь ребенок найдет без труда.

· Внимание! Если ранец выбран или используется неправильно, то это может нанести существенный урон позвоночнику и осанке ребенка, а в будущем привести к серьезным проблемам с самочувствием.

· Окраска недорогих ранцев может быть нестойкой. Обратите на это внимание, чтобы сохранить одежду школьника. Намочите небольшую тряпочку или носовой платок и проведите с усилием по ранцу. Платок не должен окраситься.

· Хорошо, если часть учебного материала, который не нужен ежедневно, будет храниться в классе (пластилин, краски, альбом и пр.).

**Важные детали хорошего ранца**

· У хороших ранцев ручка сделана так, что ребенку трудно постоянно носить его в руке — портфель будет висеть под углом. Это лишний стимул надеть его на спину!

· Ортопедическая спинка с мягкими «подушечками» (чтобы ранец не давил на спину) сделана из дышащего холлофайбера — ребенок не будет потеть.

· Светоотражающие полосы и замки — ребенка легко заметить на дороге.

· Лямки не уже 4–4,5 см с мягкими «подушечками» (чтобы не повредить плечи) должны регулироваться по длине, чтобы ранец можно было надеть и на летнюю, и на зимнюю одежду.

· Жесткая форма ранца (внутри алюминиевая рама). Так тетрадки и учебники не помнутся, равномерно распределятся внутри ранца, и его не будет перекашивать в разные стороны.

Надеемся, что наши советы помогут Вам сделать правильный выбор.

[https://cgon.rospotrebnadzor.ru](https://cgon.rospotrebnadzor.ru/)