

## «На что необходимо обратить внимание при покупке одежды для школы»

Среди мероприятий, направленных на укрепление здоровья и улучшение физического развития ребенка, немаловажным является соблюдение гигиенических требований к одежде.

Одежда служит человеку для защиты от неблагоприятных воздействий внешней среды, предохраняет поверхность кожи от механических повреждений и загрязнений.

С помощью одежды вокруг тела создается искусственный пододожный микроклимат, за счет этого одежда существенно снижает теплопотери организма, способствует сохранению постоянства температуры тела, облегчает терморегуляторную функцию кожи, обеспечивает процессы газообмена через кожные покровы.

Родителям необходимо знать, что современная одежда, которую можно использовать в качестве школьной формы, должна отвечать всем гигиеническим требованиям, быть безвредной для здоровья ребенка, но при этом оставаться удобной, стильной, разнообразной и модной.

При выборе одежды следует обращать внимание на качество материала. Чем меньше процент синтетических волокон в одежде, тем лучше, так как наличие синтетики хоть и продлит срок службы изделия, однако может отрицательно сказаться на здоровье ребенка. Например, синтетические волокна не дают коже дышать, в результате нарушается тепловой обмен и ребенок начинает потеть. Увеличение потливости может привести к переохлаждению, что чревато в дальнейшем возникновением простудных заболеваний. Кроме того, большое количество синтетических волокон может привести к возникновению у детей аллергии.

С учетом того, что в подавляющем большинстве образовательных организаций температура в учебных помещениях в отопительный сезон соответствует нормативам, а также то, что в течение учебных занятий школьники имеют большие статические нагрузки и в перемены необходима двигательная активность, наиболее гигиенически целесообразными, эргономически оправданными следует считать следующие варианты одежды для школьников:

для мальчиков - жилет и брюки, рубашки (с коротким, длинным рукавом в зависимости от сезона);

для девочек – жилет и юбка или брюки; сарафан, блузки, рубашки (с коротким, длинным рукавом в зависимости от сезона).

При необходимости утепления допустимы вместо рубашек и блузок джемперы (водолазки, свитеры) соответствующих цветов. Жилеты могут быть как из тканей, так и трикотажные.

Крой школьной формы, не должен мешать естественным процессам организма. Недопустимы оголенные животы и заниженные талии. Отсутствие одежды на животе и пояснице в холодный период может привести у девочек к различного рода воспалениям, а при сжатии пояснично-крестовой области происходит зажимание сосудов, которые отвечают за снабжение кровью половых органов, за функционирование мочевого пузыря и спинного мозга. По этой же причине школьная форма не должна быть слишком узкой.

Одежда, в которой дети посещают образовательную организацию, функционально относится ко 2-му (платья, блузки, верхние сорочки, брюки, юбки, костюмы без подкладки, свитеры, джемперы) или 3-му слою (пальто, куртки, плащи, костюмы на подкладке и др. аналогичные изделия). Перед выпуском в обращение на рынок детская одежда должна пройти оценку (подтверждение) соответствия требованиям технического регламента таможенного союза 007/2011 «О безопасности продукции, предназначенной для детей и подростков» в форме сертифицирования (2-й слой) или декларирования (3-й слой).

Одежда, прошедшая оценку, маркируется единым знаком обращения продукции.



В случае индивидуального заказа детской одежды (в ателье) необходимо запрашивать документы о подтверждении соответствия текстильных материалов, используемых для пошива, требованиям технического регламента таможенного союза.

#### Это полезно знать родителям:

1. Внимательно изучите маркировку одежды. Информация должна быть представлена на русском языке.  
Маркировка одежды должна содержать информацию с указанием: даты изготовления, единого знака обращения на рынке, вида и массовой доли (процентного содержания) натурального и химического сырья в материале верха и подкладке изделия, размера изделия, символов по уходу за изделием и (или) инструкции по особенностям ухода за изделием в процессе эксплуатации (при необходимости).
2. Желательно, чтобы ткань, из которой шьется одежда, по большей части состояла из шерсти, хлопка или вискозы, то есть натуральных материалов. На изделие должен быть документ в виде сертификата или декларации о соответствии ТР ТС.
3. Обратите внимание на символы, обозначающие, каким должен быть уход за изделием. Например, если на нем указана химчистка - лучше отказаться от такой одежды для ребенка, химические вещества могут быть вредны для здоровья вашего школьника, который проведет почти целый день в этом костюме.
4. Лучше подобрать для ребенка сразу несколько предметов школьной одежды, чтобы их было удобно менять в течение недели.