

## **Требования и рекомендации Роспотребнадзора к школьной форме**

С гигиенической точки зрения школьная одежда является таким же обязательным элементом учебного процесса, как, например, школьное питание. Школьная форма, если она сшита из правильных тканей, только положительно влияет на здоровье школьников и является здоровьесберегающим компонентом в образовательном процессе.

Гигиенические требования к тканям для пошива школьной формы довольно высокие и определяются техническим регламентом Таможенного союза ТР ТС 007/2011 «О безопасности продукции, предназначенной для детей и подростков» и СанПиН 2.4.7/1.1.1286-03 «Гигиенические требования к одежде детей, подростков, взрослых, товарам детского ассортимента и материалам для изделий (изделиям) контактирующим с кожей человека».

Школьная форма - это одежда второго слоя, имеющая ограниченный контакт с кожей: платья, блузки, брюки, юбки, костюмы, джемперы. Школьная форма должна быть комфортной, удобной, не стеснять движения ребенка, соответствовать размеру, а также приятной для тела (не жесткой, не колючей) и соответствовать погоде.

Текстильные материалы для школьной формы и готовые швейные изделия должны соответствовать требованиям биологической и химической безопасности и нормируются по следующим показателям: гигроскопичность, т.е. способность впитывать влагу, воздухопроницаемость, содержание формальдегида, устойчивость к окраске, устойчивость окраски к стирке, поту и трению, напряженность электростатического поля, должно отсутствовать местное кожно-раздражающее действие.

### **Рекомендации родителям:**

Выявлены прямые, статистически значимые причинно-следственные связи между двумя показателями: с одной стороны показателями качества детской одежды и показателями заболеваемости кожи (контактный и атопический дерматиты) и простудных заболеваний (грипп, острые респираторные заболевания, заболевания органов дыхания) с другой стороны. Поэтому родителям при выборе школьной одежды следует руководствоваться, в первую очередь, гигиеническими характеристиками продукции для детей, а не только ее эстетическим видом.

1) При покупке одежды необходимо обращать внимание на маркировку. Маркировка наносится на этикетку, на ней указываются данные производителя, состав ткани, рекомендации по уходу. Не нужно покупать такую одежду, когда в рекомендациях по уходу указана только химическая чистка, потому что химические вещества, используемые при чистке изделия, могут быть вредны для здоровья школьника.

2) Ткань, из которой сшита форма, должна хотя бы наполовину состоять из натуральных материалов. Лучше всего подходят для школьной

формы хлопок и лён для осеннего и весеннего времени, шерсть и кашемир - для зимы. Максимальный процент синтетических волокон в школьной форме - не более 55 %.

Форма с содержанием синтетических волокон более 55 % может быть дешевле, но на этом все её достоинства заканчиваются. Синтетические волокна не дают коже дышать, в результате нарушается тепловой обмен и ребёнок начинает потеть, что может привести к переохлаждению и возникновению простудных заболеваний.

Кроме этого, синтетические волокна могут привести к возникновению аллергии, ведь синтетика притягивает к себе пыль, грязь и различные микроорганизмы, которые оказывают влияние на слизистые ребёнка и могут стать причиной возникновения сыпи. Также синтетика способствует накоплению статического электричества, которое оказывает влияние на нервную систему ребёнка, вызывая раздражение и быструю утомляемость.

Поэтому для повседневного ношения синтетическая форма не подходит. Однако полностью отказываться от синтетики в составе ткани тоже не стоит, потому что синтетические волокна «держат» форму одежды, увеличивают срок службы и упрощают уход за ней.

3) От изделия не должен исходить резкий запах. Наличие неприятного запаха может свидетельствовать о содержании в текстильных материалах вредных или даже опасных химических веществ, используемых при окраске ткани.

4) Одежда для школы должна быть строгой, простого покроя и не отвлекающая своей пестротой. Цвет школьной одежды ребенка не должен быть слишком ярким и броским. Такие цвета не будут способствовать его сосредоточению на учебе. Детские психологи советуют выбирать спокойные, приглушенные цвета. Сочетание цветов типа черное - белое лучше избегать, такой резкий контраст утомляет зрение и может вызвать головную боль. Наиболее подходящими считаются бежевый и разбавленный зеленый цвет.

5) Для занятия физкультурой желательно приобрести спортивный костюм из дышащей, гигроскопичной (впитывающей влагу) и обязательно эластичной ткани.

6) Гарантией безопасности школьной формы для здоровья ребёнка является наличие декларации о соответствии на данное изделие или сертификата соответствия. Данные документы продавец обязан предъявить покупателю по первому требованию.

**Помните!** Комфортная и удобная школьная форма, сшитая из натуральных и безопасных материалов, является залогом, прежде всего, сохранения здоровья учащихся, а также решения социальных проблем, формирует позитивный настрой, психологически спокойное состояние и активизирует желание учиться.