

## **СКОРО В ШКОЛУ. КАК ВЫБРАТЬ ШКОЛЬНУЮ ОДЕЖДУ?**

Скоро новый учебный год, пора покупать школьную одежду для своих детей. Напоминаем, что в первую очередь одежда для школы должна обеспечить сохранение детского здоровья. Родителям при приобретении школьной одежды для ребёнка важно помнить, что в ней он будет проводить 5–6 и более часов. Понятно, что одежда, которая состоит только из синтетических волокон для этих целей не подойдет. Лучше выбирать смесовые ткани с небольшим содержанием синтетических волокон.

В идеале одежда должна формировать комфортный для ребёнка микроклимат так называемого пододёжного пространства - это температура тела, влажность, пар - и воздухопроницаемость.

Неправильно подобранный костюм или его низкое качество приводят не только к дискомфорту при носке, но и повышают риск развития кожных заболеваний, например контактного или атопического дерматита.

Одежда, в которой ребёнок проводит большую часть дня, должна быть изготовлена из натуральных тканей, соответствующих требованиям биологической и химической безопасности, предъявляемым к швейным изделиями, текстильным материалам.

### **Правила выбора школьной одежды:**

#### **Изучить маркировку**

На ярлычке должны быть сведения о производителе и составе ткани. Отдавайте предпочтение смесовым тканям с преобладающим содержанием натуральных волокон.

#### **Обратить внимание на символы**

Изучите символные обозначения рекомендаций по уходу за изделием. Например, если на ярлычке указана химчистка — лучше отказаться от такой одежды для ребёнка, потому что химические вещества, используемые при чистке изделия, могут быть вредны для здоровья школьника.

#### **Натуральные ткани-лучше**

Хлопок и лён для осеннего и весеннего времени, шерсть и кашемир — для зимы. Форма с содержанием синтетических волокон может быть дешевле, но на этом все её достоинства заканчиваются.

Синтетические волокна не дают коже дышать, в результате нарушается теплообмен, увеличивается потоотделение. А ещё, синтетические волокна могут привести к возникновению аллергии, ведь синтетика притягивает к себе пыль, грязь и даже микроорганизмы, которые могут стать причиной возникновения сыпи. Для повседневного ношения синтетическая одежда не подходит. Но полностью отказываться от синтетики в составе не стоит, потому что синтетические волокна «держат» форму, увеличивают срок службы ткани и упрощают уход за ней.

### **Понюхать**

Неприятный запах может свидетельствовать о содержании в текстильных материалах вредных или даже опасных химических веществ, используемых при окраске ткани.

### **Убедиться в безопасности**

Гарантией безопасности школьной одежды для здоровья ребёнка служат декларация о соответствии на изделие или сертификат соответствия. Эти документы продавец обязан предъявить покупателю по первому требованию.

### **Помнить о физкультуре**

Частью школьной формы является и спортивный костюм – форма для уроков физкультуры. При выборе этого элемента одежды действуют все вышеперечисленные принципы. Лучше приобрести два спортивных комплекта, один для спортзала, другой – для занятий на улице. Второй комплект не должен быть слишком тёплым, ведь даже в холодный день занятия разогреют. А чтобы ребенок не простудился, тут больше поможет спортивная куртка, которую можно накинуть в конце занятий. Лучшая ткань для спортивного костюма – хлопок с синтетикой, вместе они подарят и возможность дышать коже, и придадут долговечности в носке. Для очень жарких дней, можно приобрести шорты и майки.

### **Главное – удобство**

Важно правильно подобрать размер, убедиться, что ребёнку удобно в обновке как в сидячем положении, так и при ходьбе. Вещь не должна излишне стеснять движения, быть слишком узкой, потому что тесная юбка или брюки могут привести к болям в животе, а тесные рубашки и сарафаны могут даже затруднить дыхание.

Ориентируйтесь на фигуру и вкус ребёнка, ведь одежда должна не только быть безопасной, качественной и модной, но и нравиться самому школьнику.

Выбирая цветовую гамму, ориентируйтесь на правила школы, где будет учиться ребёнок. В любом случае, школьная одежда должна быть сдержанной, не стоит выбирать слишком яркие цвета. Отдайте предпочтение пастельным, серым, бежевым, коричневым, тёмно-синим тонам.

Купите для ребёнка сразу несколько предметов школьной одежды, чтобы их было удобно менять в течение недели.

Для мальчиков это запасные брюки к форме и две-три однотонные рубашки, для девочек - запасная юбка, сарафан или платье, две - три однотонные блузки.

**Приятных покупок! Хорошего учебного года!**

Для родителей



## ПОКУПКА ШКОЛЬНОЙ ФОРМЫ



### Маркировка

ярлык с данными  
производителя,  
состав ткани

### Символы

обозначающие  
уход за изделием

### Ткань

наполовину  
из натуральных  
материалов

### Запах

отсутствие резкого

### Размер

правильный подбор  
(ребенку в ней  
удобно в сидячем  
положении и при  
ходьбе)

### Цвет

не яркий, по  
внутренним  
правилам школы

### Количество

несколько  
предметов  
школьной одежды,  
для замены  
в течение недели

### Безопасность

декларация  
о соответствии

ТР ТС 007/2011 «О безопасности продукции, предназначенной для детей и подростков»

[egon.rospotrebnadzor.ru](http://egon.rospotrebnadzor.ru)

*Информация подготовлена с использованием материалов ФБУЗ «Центр гигиенического образования населения» Роспотребнадзора.*