

## Выбираем школьную форму

Выбор школьной формы для школьника довольно ответственная и хлопотная задача для родителей, поскольку помимо требований дресс-кода школы («черный низ – белый верх»), желаний и вкуса ребёнка («мама, сейчас такое не носят!»), необходимо принять во внимание гигиенические требования к одежде. Школьная форма – это то, во что ребёнок будет одет около 6-7 часов. Если принять во внимание наиболее важные аспекты, то одежда школьника должна отвечать следующим требованиям:

- Школьная форма по всем предметам подходит по размеру и длине. Постарайтесь убедить ребёнка, что модный тренд на укороченные брюки («чинос», «mankles», «stopped») с подворотом непрактичен. Учтите, что в возрасте от 8 до 12 лет годовая прибавка в росте составляет около 4,5-5,5 см, от 12 до 16 лет: 5,8 см/год – мальчики и 5,7 см/год – девочки.
- Крой одежды не стесняет движения ребёнка (дети в возрасте до 14 лет), также как движения подростка (дети в возрасте от 14 до 18 лет). В примерочной тактично попросите ребёнка сделать махи руками по полной амплитуде, присесть, имитируя «активные игры на переменке». Оцените элементы одежды на критерий, указанный выше.
- Отсутствуют элементы фурнитуры, застёжки, резинки, врезающиеся в кожу. В фурнитуре предметов одежды не должно быть острых режущих кромок, заусениц. Иначе говоря, одежда является механически безопасной.
- Для одежды 1-го и 2-го слоёв постарайтесь исключить такую одежду, где имеется прямой контакт элементов аппликации или вышивки с кожей. Например, допустимо наличие прорезиненной эмблемы на блузке при условии ношения майки, рубашки под блузкой, или наличие подклада на блузке из натуральной ткани.
- Отсутствие любых резких запахов! Наличие резкого запаха может свидетельствовать о выделении формальдегида, содержание которого в детской одежде строго регламентировано: не 75 мкг/г для одежды 1-го и 2-го слоя.
- Обязательно обратите внимание на простоту ухода и стирки предметов одежды. Стирать детскую одежду придётся часто! Не должно быть сложных методов чистки – химчистка и т.п.
- Старайтесь выбирать одежду из натуральных тканей (хлопок, шерсть, лён). В случае смесовых тканей отдайте предпочтение тем вариантам, где с кожей контактирует натуральная ткань, например подкладка, а не искусственные ткани.
- Плотность и состав тканей, крой одежды должны обеспечить хорошую паро/воздухопроницаемость. Важность этого показателя, с учётом детской физиологии, даже указана конкретным значением – не менее 100 дм<sup>3</sup>/м<sup>2</sup>с. Родители, со своей стороны, могут оценить равнозначность этого показателя для всех слоёв одежды (для исключения «парникового эффекта»). Разумеется, за исключением рукавиц, перчаток, фартуков, шорт, юбок и тому подобных видов одежды.
- Также будет полезным узнать о наличии локальных нормативных актов в школе обучения, региональных законах, направленных на бесплатное приобретение школьной формы. Несмотря на однообразие такой школьной формы, эти виды

одежды пошиты согласно техническому заданию, строго учитывающему требования  
Технических регламентов и Санитарных правил.

Пренебрежение этими простыми правилами рискованно развитием болезней кожи и подкожной клетчатки (до 7% в структуре детских болезней) и простудных заболеваний, занимающих ведущие места в структуре детской заболеваемости. Например, атопический дерматит, ОРЗ – оба этих заболевания связаны с несоблюдением функциональных требований к одежде 1-го и 2-го слоёв.

Источник:

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