

# **LEKKI PLECAK**

---

**ANALIZA WYNIKÓW BADANIA  
DOTYCZĄCEGO WAGI I ZAWARTOŚCI  
PLECAKÓW UCZNIÓW KLAS 1-3  
październik 2023 r.**

Opracowanie: Patrycja Skulska, Paulina Prządka

**Badanie zostało przeprowadzone w październiku 2022r. wśród uczniów klas I – III Zespołu Edukacyjnego nr 9**

**Szkoły Podstawowej nr 11 z Oddziałami Integracyjnymi im. Kornela Makuszyńskiego w Zielonej Górze.**

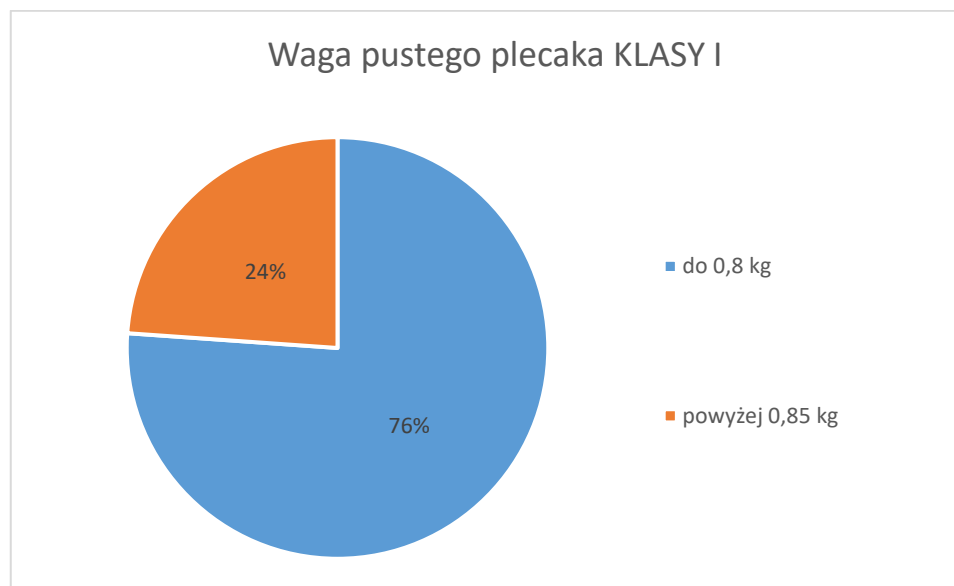
**Łącznie przebadano 264 uczniów**

**Liczba badanych uczniów**

Klasy I	67
Klasy II	95
Klasy III	102
<b>Razem</b>	<b>264</b>

### Waga pustego plecaka KLASY I

	<b>Razem</b>	
Liczba uczniów	67	100%
do 0,8 kg	51	76%
powyżej 0,85 kg	16	24%



### Waga pustego plecaka KLASY II

	<b>Razem</b>	
Liczba uczniów	95	100%
do 0,8 kg	72	76%
powyżej 0,85 kg	23	24%



### Waga pustego plecaka KLASY III

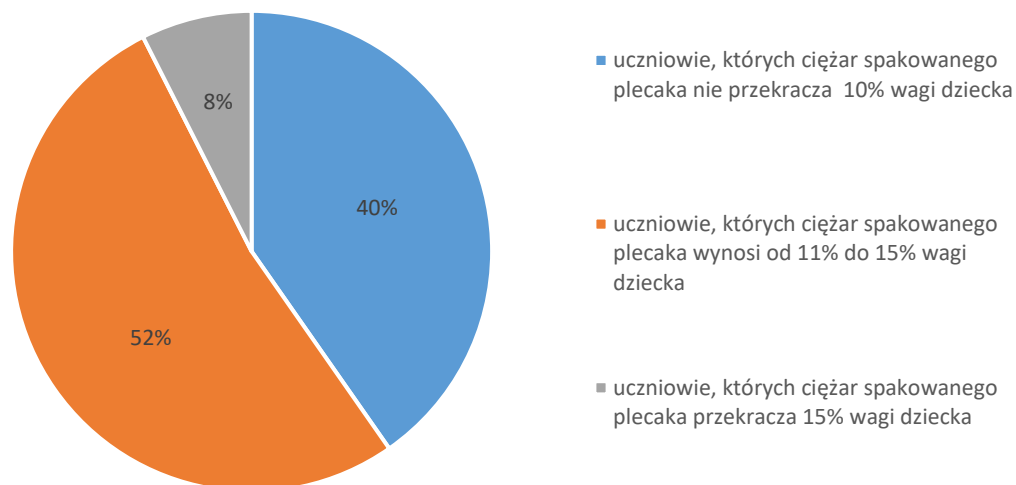
	<b>Razem</b>	
Liczba uczniów	102	100%
do 0,8 kg	86	84%
powyżej 0,85 kg	16	16%



## WARTOŚĆ PROCENTOWA CIĘŻARU SPAKOWANEGO PLECAKA W STOSUNKU DO WAGI UCZNIĄ KLASY I

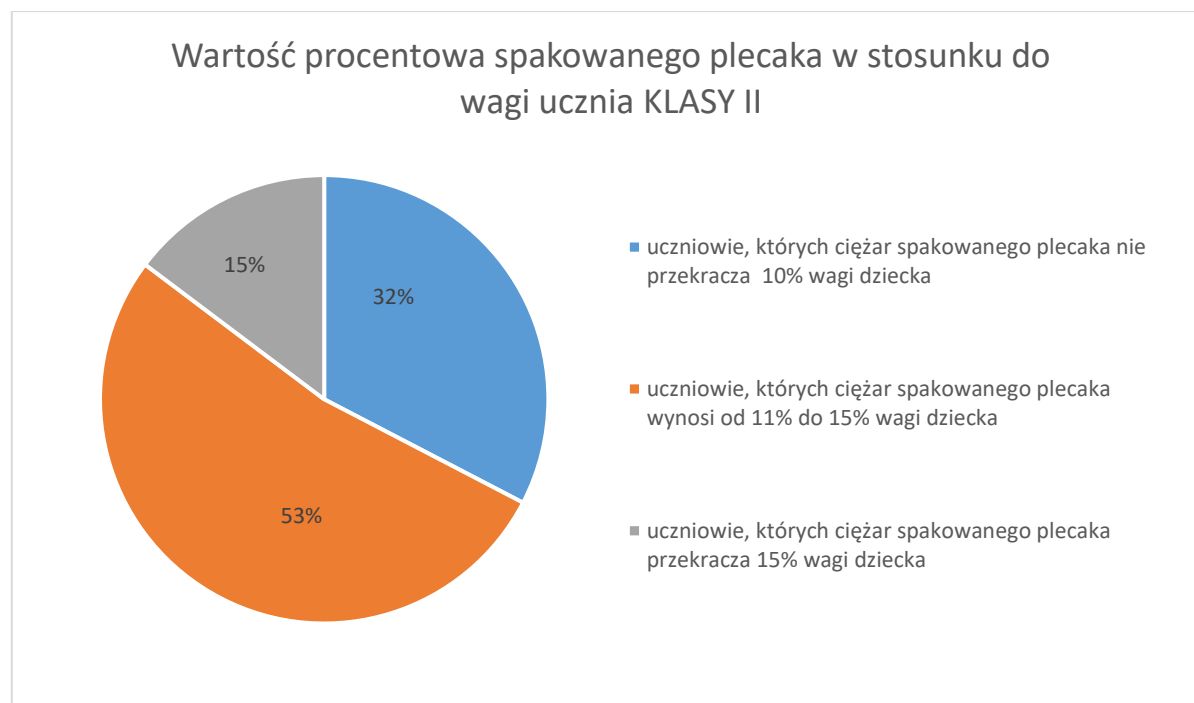
	<b>Razem</b>	
Liczba uczniów	67	100%
uczniowie, których ciężar spakowanego plecaka nie przekracza 10% wagi dziecka	27	40%
uczniowie, których ciężar spakowanego plecaka wynosi od 11% do 15% wagi dziecka	35	52%
uczniowie, których ciężar spakowanego plecaka przekracza 15% wagi dziecka	5	8%

Wartość procentowa spakowanego plecaka w stosunku do wagi ucznia KLASY I



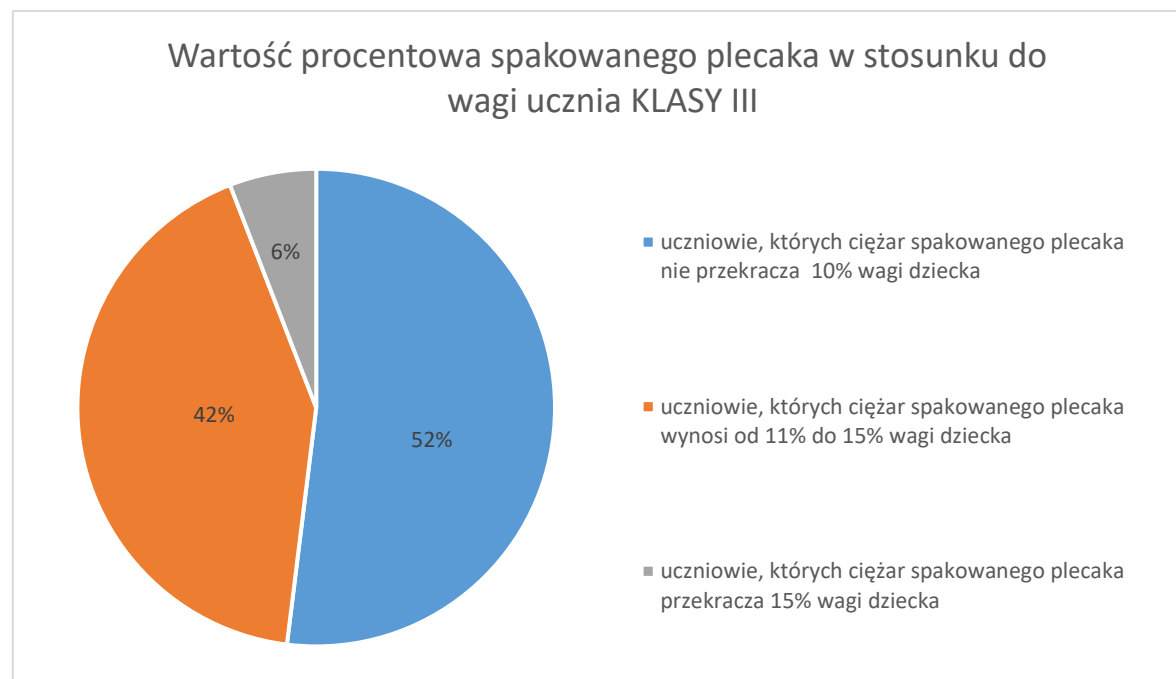
## WARTOŚĆ PROCENTOWA CIĘŻARU SPAKOWANEGO PLECAKA W STOSUNKU DO WAGI UCZNIĄ KLASY II

	<b>Razem</b>	
Liczba uczniów	95	100%
uczniowie, których ciężar spakowanego plecaka nie przekracza 10% wagi dziecka	31	32%
uczniowie, których ciężar spakowanego plecaka wynosi od 11% do 15% wagi dziecka	50	53%
uczniowie, których ciężar spakowanego plecaka przekracza 15% wagi dziecka	14	15%



## WARTOŚĆ PROCENTOWA CIĘŻARU SPAKOWANEGO PLECACA W STOSUNKU DO WAGI UCZNIĄ KLASY III

	<b>Razem</b>	
Liczba uczniów	102	100%
uczniowie, których ciężar spakowanego plecaka nie przekracza 10% wagi dziecka	53	52%
uczniowie, których ciężar spakowanego plecaka wynosi od 11% do 15% wagi dziecka	43	42%
uczniowie, których ciężar spakowanego plecaka przekracza 15% wagi dziecka	6	6%

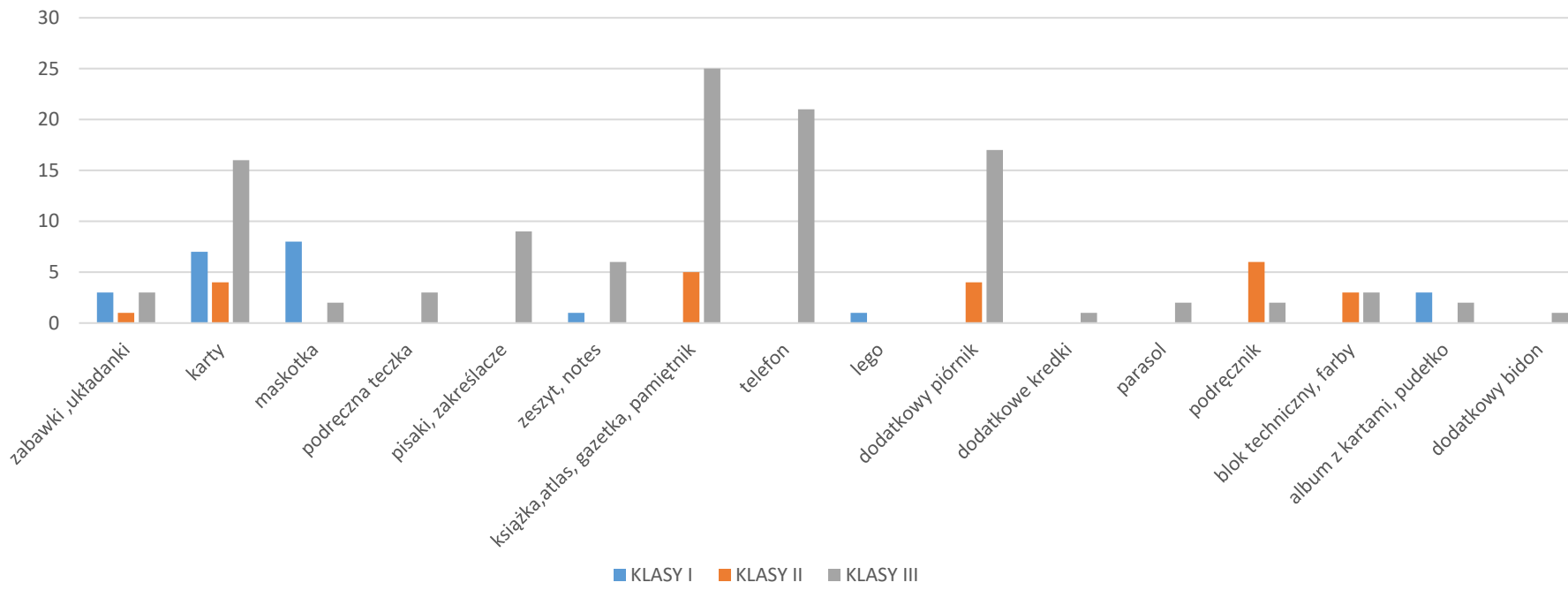




**ZBĘDNE PRZEDMIOTY PRZYNIESIONE PRZEZ DZIECI  
DO SZKOŁY W DNIU BADANIA**

Zbędne przedmioty przyniesione przez dzieci do szkoły	KLASY I	KLASY II	KLASY III
zabawki ,układanki	3	1	3
karty	7	4	16
maskotka	8	0	2
podręczna teczka	0	0	3
pisaki, zakreślacze	0	0	9
zeszyt, notes	1	0	6
książka,atlas, gazetka, pamiętnik	0	5	25
telefon	0	0	21
lego	1	0	0
dodatkowy piórnik	0	4	17
dodatkowe kredki	0	0	1
parasol	0	0	2
podręcznik	0	6	2
blok techniczny, farby	0	3	3
album z kartami, pudełko	3	0	2
dodatkowy bidon	0	0	1

### Zbędne rzeczy przyniesione przez dzieci do szkoły



## PODSUMOWANIE

1. W listopadzie 2023 r. zważono łącznie 264 plecaki uczniów klas 1-3. W klasach 1 przebadano - 67 uczniów, w klasach 2 - 95 uczniów, a w klasach 3 – 102 uczniów.
2. W klasach 1 - 76% uczniów miało pusty plecak nie przekraczający wagi 0,8 kg, a u 24 % uczniów waga plecaka przekraczała wagę 0,85 kg. W klasach 2 - 76% uczniów miało pusty plecak nie przekraczający wagi 0,8 kg, a u 24 % uczniów waga plecaka przekraczała wagę 0,85 kg. W klasach 3 - 84% uczniów miało pusty plecak nie przekraczający wagi 0,8 kg, a u 16 % uczniów waga plecaka przekraczała wagę 0,85 kg.
3. W klasach 1 - 40 % uczniów miało spakowane plecaki, których waga nie przekraczała 10% wagi dziecka, 52 % uczniów miało spakowane plecaki, których waga wynosiła od 11% do 15% wagi dziecka, a 8 % uczniów miało spakowane plecaki, których ciężar spakowanego plecaka przekraczał 15% wagi dziecka. W klasach 2 - 32 % uczniów miało spakowane plecaki, których waga nie przekraczała 10% wagi dziecka, 53 % uczniów miało spakowane plecaki, których waga wynosiła od 11% do 15% wagi dziecka, a 15 % uczniów miało spakowane plecaki, których ciężar spakowanego plecaka przekracza 15% wagi dziecka. W klasach 3 - 52 % uczniów miało spakowane plecaki, których waga nie przekraczała 10% wagi dziecka, 42 % uczniów miało spakowane plecaki, których waga wynosiła od 11% do 15% wagi dziecka, a 6 % uczniów miało spakowane plecaki, których ciężar spakowanego plecaka przekracza 15% wagi dziecka.
4. W plecakach uczniów znajdowały się zbędne przedmioty przyniesione z domu. Najwięcej przedmiotów było w plecakach klas 3.

## WNIOSKI

1. Zauważa się rosnącą świadomość rodziców związaną z zakupem lekkiego plecaka do 0,8 kg.
2. Należy zwrócić uwagę uczniom na konieczność pozostawiania niektórych książek, ćwiczeń, atlasów w wyznaczonych miejscach w szkole.
3. Należy zwracać uwagę uczniom na noszenie przedmiotów nie związanych bezpośrednio z programem nauczania np. karty, telefony, dodatkowe piórniki, w szczególności w klasach III.
4. Pogłębiać wiedzę uczniów i rodziców na temat cennego wpływu picia wody.
5. Kontynuować ustalenia z rodzicami dotyczące sposobu zaopatrywania dzieci w wodę mineralną oraz higienicznego korzystania z ogólnodostępnych poidełek szkolnych.
6. Zaleca się wprowadzenie zakazu noszenia telefonów komórkowych w plecaku przez uczniów klas III oraz przynoszenia do szkoły kart.
7. W dalszym ciągu należy informować rodziców o znaczeniu wagi kupowanego plecaka, który ma wpływ na prawidłowy rozwój kręgosłupa dziecka oraz na właściwą postawę ciała.

Szkolny koordynator promocji zdrowia

**Małgorzata Czajka-Gulczyńska**

.....  
podpis

Dyrektor Szkoły

**Lidia Dubniewska**

.....  
podpis

Numer telefonu: 508791179, mail: [m.czajka-gulczynska@ze9zg.edu.pl](mailto:m.czajka-gulczynska@ze9zg.edu.pl)

Miejscowość i data: Zielona Góra, dnia 30 października 2023