

Что необходимо приобрести к 1 классу?

Школьная форма:

Цветовая гамма школьной формы для учащихся 1-4 классов - **СЕРАЯ**;

В комплект школьной формы для мальчиков должно входить следующее: классический костюм двойка или тройка, однотонная классическая белая сорочка; аксессуары (галстук, поясной ремень).

Для девочек форма следующая: классические жакет, жилет, юбка или сарафан, брюки; непрозрачная классическая белая блузка (длиной ниже талии); (рекомендуемая длина юбок: не выше 10 см от верхней границы колена и не ниже середины голени).

Сменная обувь у мальчиков должна быть представлена классическими чёрными туфлями, у девочек - классические туфли на каблуке не выше 7 сантиметров.

Спортивная обувь должна быть:

1. Подобрана по размеру, подошва не должна скользить. Лучше всего для урока подойдут обычные кеды на шнурках. Необходимо приобрести одну пару обуви для занятий на улице, другую - со **СВЕТЛОЙ** подошвой, не оставляющей следов на покрытии, - для занятий в спортивном зале.

Спортивная форма

2. Также для уроков приобрести:

- белую футболку с коротким рукавом;
- белую футболку с длинным рукавом;
- чёрную спортивную куртку;
- чёрные спортивные брюки;
- носки;
- головной убор (для занятий на улице);
- спортивную куртку можно заменить тёплой курткой;
- чёрные шорты (спортивные);
- спортивный костюм для занятий на лыжах

**Рекомендации для родителей будущих первоклассников
при покупке школьного ранца и сменной обуви.**

(в соответствии с новыми гигиеническими требованиями ФГОС)

Требования к школьным ранцам.

1. Вес ранца не должен превышать 700 г.
2. Конструкция ранца должна обеспечивать устойчивую его форму.
3. Спинка ранца должна быть полужесткой и сохранять свою форму.
4. Предпочтение следует отдавать ранцам, спинка которых имеет специальные массажные профили.
5. Ширина плечевого ремня в верхнем отрезке на протяжении 400 – 450 мм должна быть не менее 35 – 40 мм; материал, из которого изготовлены плечевые ремни, должен быть эластичным; при использовании жесткого материала необходимы специальные накладки.
6. Высота передней стенки ранца должна составлять 220–260 мм.
7. Ширина ранца не должна превышать 60–100 мм.
8. Длина ранца не должна превышать 300–360 мм.
9. Материал, из которого изготовлен ранец, должен быть прочным, с водоотталкивающими свойствами, удобным для чистки, ярким по цвету и иметь санитарно-эпидемиологическое заключение, подтверждающее его гигиеническую безопасность.
10. Безопасность ранца должна быть подтверждена санитарно-эпидемиологическим заключением, выданным уполномоченным органом и утвержденным в установленном порядке.
11. Необходимо постоянно контролировать содержимое ранца для того, чтобы в нем не было лишних и ненужных вещей.
12. Регулярные контрольные взвешивания ранца с ежедневными учебными комплектами необходимо проводить в течение учебной недели каждой четверти.

13. Вес ранца с ежедневными учебными комплектами не должен превышать: для учащихся 1–2 классов – 2, 2 кг, для учащихся 3 – 4 классов – 3, 2 кг.

Требования к сменной обуви.

1. В учреждении учащимся следует использовать сменную обувь.
2. Обувь должна соответствовать форме и размеру стопы. При этом в носочной части должен быть припуск 5–7 мм, учитывающий увеличение длины стопы за счет ее естественного роста и нагрузок во время ходьбы. При отсутствии припуска пальцы принимают согнутое положение, что может привести к их деформации.
3. Обувь не должна быть зауженной в носочной части, поскольку это приводит к деформации большого пальца, его отклонению наружу. Чрезмерно свободная обувь также оказывает отрицательное влияние – могут появиться потертости, мозоли.
4. Подошва в обуви должна быть гибкой.
5. Высота подошвы не должна быть более 0,7 см.
6. Высота каблука не должна превышать 2 см.
7. Сменная обувь должна иметь фиксированный задник, который позволяет прочно удерживать пяточную кость и предотвращает ее отклонение наружу.
8. Обувь должна обеспечивать прочную фиксацию в носочной части. Открытый носок в сменной обуви не способствует устойчивому положению стопы и создает угрозу травматизации пальцев стопы.
9. Обувь должна обеспечивать прочную фиксацию голеностопного сустава стопы.
10. Конструкция обуви должна обеспечивать оптимальный температурно-влажностный режим внутриобувного пространства.
11. В сменной обуви не допускается использование стелек с выпуклостью в подсводном пространстве.
12. Использование ортопедических стелек рекомендуется врачом только при выраженных деформациях стопы с учетом особенностей ее профиля. Стельки должны быть строго индивидуальными и соответствовать рельефу подошвенной части стопы ребенка.
13. Безопасность материалов, из которых изготовлена сменная обувь, должна быть подтверждена санитарно-эпидемиологическим заключением.

Не рекомендуется использовать в качестве сменной обуви туфли типа «лодочки», домашние тапочки, кроссовки, туфли с нефиксированным задником.

В качестве сменной обуви рекомендуется использовать сандалии с частично закрытой носочной частью и фиксированным задником.

Контроль за сменной обувью осуществляют классные руководители путем оценки соответствия функциональных параметров обуви каждого ребенка гигиеническим требованиям и заполнения карт мониторинга в начале учебного года.

Школьные принадлежности

При их покупке тоже стоит опираться на список от учителя, так как лучше него никто не знает, что нужно в школу именно Вашему ребенку. Остановимся на основных предметах:

Карандаши цветные – коробка-12 штук и более.

Карандаши простые - 1 автоматич., 2 обычных

Точилка с ёмкостью для стружки

Ручка синяя-2 шт., ручка зелёная-1 шт.

Альбом тонкий

Альбом толстый - 30 листов

Краски акварельные

2 кисточки (тонкая и толстая)

Баночка - непроливайка

Папка для тетрадей

Папка для уроков труда

Набор цветной бумаги

Набор цветного картона

Клей - карандаш

Ножницы с тупыми концами

Пластилин, не липнущий к рукам

Дощечка для пластилина

Линейка деревянная 20 см со знаком ГОСТ

Пенал, ластик

Обложки для учебников и тетрадей

тетради: в клетку и в узкую косую линию (по 3 штуки)

Веер цифр, букв

Счётные палочки - 30 штук

Все принадлежности должны быть подписаны, на обложках книг и тетрадей вверху справа - наклейка с фамилией и именем ребёнка. Выбирая школьные принадлежности, отдавайте предпочтение легким материалам, ведь это все придется носить Вашему ребёнку. Кроме того, несмотря на то что дети любят тетради, ручки, линейки и прочее с различными рисунками и примочками, лучше свой выбор остановить на простых принадлежностях. Для того чтобы ничего на уроке не отвлекало малыша, ведь ему и так будет не просто усидеть на месте и концентрироваться на новом материале.