

## اختيار الحقيبة المدرسية المناسبة للطفل



تُعتبر الحقيبة المدرسية من أهمّ الأدوات التي يحتاجها كلّ طفل في بداية العام الدراسي. وقد أصبح هناك العديد من الأشكال، والأنواع، والخامات المستخدمة في صنّع الحقائب، ولهذا يجب اتّباع هذه الطُّرق في اختيار الحقيبة المناسبة للطفل:

1- التأكّد من أنّ الحقيبة تحتوي على حمّالات ظهر عريضة، وذلك من أجل حماية ظهر الطفل وعموده الفقري.

2- يجب تجنّب استخدام الحقيبة ذات الحمّالة الواحدة، لأنّها تسبّب الضرر لكتف وظهر الطفل، لأنّ ثقل الحقيبة يكون على جهة واحدة فقط. يجب اختيار الحقيبة المدرسية ذات الخامة الخفيفة، وذلك حتى لا تشكّل ثقلًا على ظهر الطفل، حيث حدّرت الدراسات من حمل حقيبة تزيد 10% عن وزن الطفل، وذلك لتجنّب حدوث أي مشاكل صحّية لديه.

3- استخدام الحقيبة التي تحتوي على العديد من الجيوب ذات الأحجام المختلفة، حيث تساعد تلك الجيوب على توزيع الكُتُب والأدوات في عدّة أماكن، بحيث لا تشكّل عبئًا على الطفل.

4- اختيار الحقيبة التي يسهل التحكم بطولها عن طريق الحمّالات، ففي حال كان طول الحقيبة متجانسًا مع طول الطفل فإنّ وزن الأشياء يقل.

5- اختيار نوعية متينة للحقيبة المدرسية، وذلك لتجنّب تغيير الحقيبة لأكثر من مرّة في العام الدراسي.

6- تنظيف حقيبة الطفل بشكل يومي بعد انتهاء الطفل من الدوام المدرسي، حيث إنّ ذلك الأمر يساعد

على المحافظة على صحّة الطفل.