

We prepare for

Cambridge

English Qualifications™



**ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE
"S.G. BOSCO – T. FIORE"**

Scuola dell'Infanzia – Primaria – Secondaria 1° grado
P.zza de Napoli, 2 – 70022 Altamura (BA) Tel./fax 0803113518
C.F.91108280727-C.M. BAIC82100R- Codice Univoco Ufficio UFNU07
PEC:baic82100r@pec.istruzione.it; Email:baic82100r@istruzione.it
Sito web: www.icboscofiorealtamura.edu.it



Altamura, 05/11/2021

CIRCOLARE N. 56

**Al Personale Docente
Ai Genitori
Agli Alunni
Al DSGA
Al personale Ata
Al Sito Web**

OGGETTO: Indicazioni sul peso degli zaini scolastici.

Facendo seguito a comunicazioni da parte dei genitori che lamentano il peso eccessivo degli zaini dei figli a causa del numero di libri da portare a scuola ogni giorno, si precisa che in merito alla questione sono intervenuti il MIUR e il Ministero del lavoro, della salute e delle politiche sociali con la nota congiunta prot. n. 5922 del 30/11/2009 avente per oggetto "Chiarimenti in merito al peso degli zaini scolastici", che si allega per una attenta lettura. In tale nota vengono richiamate le raccomandazioni del Consiglio Superiore di sanità secondo cui il peso degli zaini non deve superare un limite "tra il 10 e il 15% del peso corporeo" dell'alunno.

Risulta indispensabile affrontare la problematica in oggetto con alunni e genitori al fine di una fattiva collaborazione nell'applicazione di misure risolutive.

Pertanto, **si invitano i docenti a:**

- modificare la programmazione disciplinare al fine di prevedere le alternanze dei libri da portare a scuola per la stessa disciplina;
- organizzare il proprio lavoro in modo che gli alunni non siano sovraccaricati del peso degli zaini;
- deve definire in modo stabile, facendolo indicare per iscritto sul diario agli allievi, la scansione delle discipline e del proprio orario interno, in modo tale da non lasciare che gli allievi, nel dubbio;
- verificare la possibilità di tenere a casa alcuni libri, in accordo con i genitori e limitatamente alle discipline che non necessitano quotidianamente di esercizi/studio a scuola;
- comunicare in modo stabile, per iscritto, l'orario settimanale agli allievi, prevedendo l'articolazione delle discipline nel proprio orario interno, per evitare che gli allievi ogni giorno portino tutti i testi;
- educare gli allievi in collaborazione con i genitori a preparare responsabilmente lo zaino giorno per giorno, sostituendo libri e quaderni del giorno prima con libri e quaderni del giorno dopo ed evitare di accumulare libri e quaderni del giorno prima con quelli del giorno dopo. (Spesso accade che le cartelle non vengano "completamente svuotate" ogni giorno);
- stimolare i genitori al controllo del contenuto degli zaini, onde evitare contenuti "non utili";
- far portare nello zaino solo i testi e i materiali strettamente utili allo svolgimento delle attività didattiche programmate per ciascuna giornata in modo tale da ridurre il peso di libri e materiali che i ragazzi devono portare a scuola ogni giorno.

Si esortano i genitori a:

- controllare l'orario delle lezioni;
- verificare il degli zaini, onde evitare materiali "non utili" per la didattica;

- affiancare i propri figli nella preparazione degli zaini con massima attenzione all'essenzialità organizzativa del corredo scolastico;
- dotare i figli di zaini e corredi scolastici non troppo pesanti e voluminosi;
- acquistare zaini ergonomici, robusti ma leggeri, con spallacci ampi, imbottiti e ben regolati, delle giuste dimensioni rispetto alla statura dell'alunno/a;
- evitare l'uso degli zaini con rotelle, che, provocano una scorretta postura mentre si cammina e uno squilibrio nello schema del passo, crea situazioni di grande pericolo per l'incolumità e la sicurezza sia degli alunni che dei docenti accompagnatori soprattutto negli spazi interni della scuola e per le scale.

Invece **gli alunni avranno cura di:**

- indossare lo zaino in modo corretto, facendo sì che il carico venga ripartito simmetricamente sul dorso e non su un solo lato utilizzando entrambi gli spallacci;
- non portarlo mai su una spalla sola, per non avere sbilanciamenti della colonna;
- non portarlo con una sola mano;
- non correre con lo zaino in spalla. Spesso all'uscita dalle scuole i ragazzi corrono o saltano imponendo alle loro schiene dei pesi che si moltiplicano per effetto delle brusche accelerazioni e decelerazioni;
- controllare la disposizione dei pesi. Deve essere equilibrata. Si parte con i libri più pesanti sul fondo dello schienale, quindi, progressivamente, quelli più leggeri. Riempire lo zainetto in altezza e larghezza mai in profondità;
- ricordarsi di usare sempre e bene la cintura di fissaggio addominale in modo che lo schienale sia sempre aderente alla schiena;
- chiudere sempre bene lo zainetto in modo da compattare il più possibile il materiale all'interno;
- non sollevarlo rapidamente: un peso può diventare pericoloso anche se viene applicato troppo bruscamente. Per indossare lo zaino, piegare le ginocchia, sollevarlo e portarlo sul banco o sul tavolo. Girarsi di schiena, flettere le ginocchia e le anche, anziché la schiena, infilare le braccia nelle bretelle e sollevarlo mantenendolo contro la schiena.

Si suggerisce, per proficuo un approfondimento, la lettura di un articolo pubblicato nel 2019 dall'Ospedale Koelliker di Torino, rinvenibile sul sito web dell'Ospedale Pediatrico Koelliker al seguente link:

<https://www.osp-koelliker.it/zaino-scuola-prevenire-mal-di-schiena-nei-bambini/>

I docenti, inoltre, sono invitati a leggere in classe la presente e a favorire un momento di riflessione con gli studenti.

Si ringrazia per l'usuale fattiva collaborazione e si inviano, cordiali saluti.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

Eufemia PATELLA

Firma autografata sostituita a mezzo stampa ai sensi dell'art. 3, comma 2 del D. Lgs. 39/1993

In allegato:

- Nota prot. n. 5922 del 30/11/2009