



Ministero dell'istruzione e del Merito
Istituto Comprensivo Statale San Paolo d'Argon
Via Locatelli, 3 – 24060 San Paolo d'Argon (BG)
Tel. 035/958054 – Fax 035/959618 – C.F. 95119200160
email bgic870003@istruzione.it – email certificata
bgic870003@pec.istruzione.it www.icsanpaolodargon.edu.it



San Paolo d'Argon, 28/11/ 2023

Circ. n. 100

A tutti i Docenti
Agli Alunni
Ai Genitori degli Alunni
I.C. San Polo d'Argon

OGGETTO: Disposizioni sul peso degli zaini.

Facendo seguito a quanto segnalato da alcuni insegnanti e genitori in merito al peso degli zaini degli studenti, si ricorda che già nel 1999 il MIUR, congiuntamente con il Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali, richiamava la raccomandazione del Consiglio Superiore della Sanità secondo cui, per gli alunni della scuola secondaria di primo grado, il carico degli zaini non dovrebbe - in linea di massima - superare il 10/15% del peso corporeo.

Al riguardo si invitano i docenti, i genitori e gli alunni di tutti gli ordini di scuola (primaria e secondaria di primo grado) ad affrontare la problematica con la massima collaborazione.

DOCENTI

I docenti avranno cura di mettere in atto tutte le misure idonee a contenere il peso degli zaini degli alunni in misura proporzionata all'età degli allievi. Si elencano alcune precauzioni che ciascuno può integrare sulla base della propria, personale esperienza:

- Adattare la programmazione disciplinare in modo che gli alunni non siano sovraccaricati del peso degli zaini;
- Educare gli alunni a portare soltanto i libri e i materiali strettamente necessari alle attività programmate per ciascuna giornata;
- Consentire agli allievi la "spartizione" dei libri tra compagni: organizzare, ad esempio, tale suddivisione a file, responsabilizzando gli allievi sull'importanza di essere puntuali nel portare a scuola il testo giusto.

GENITORI

- Educare i propri figli a preparare responsabilmente lo zaino giorno per giorno sostituendo libri e quaderni del giorno prima con libri e quaderni del giorno dopo. Spesso accade che le cartelle non vengano "completamente svuotate" ogni giorno;
- Dotare i propri figli di zaini non troppo pesanti o voluminosi.

ALUNNI

- Non correre con lo zainetto 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;

- Indossare lo zainetto utilizzando entrambe le bretelle. Non portarlo mai su una spalla sola, per non avere sbilanciamenti della Colonna;

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 non in larghezza. Regolare bene le fibbie delle bretelle in modo che una spalla non pesi più dell'altra.

Si ringraziano tutte le componenti per l'usuale fattiva collaborazione.



IL DIRIGENTE SCOLASTICO
Dott.ssa Paola Maria Raimondi

Documento firmato digitalmente ai sensi del c.d. Codice dell'Amministrazione Digitale e normativa connessa