



Istituto Comprensivo
Tramonti

Scuole
Secondaria
Azzurra

Autonomia Scolastica n. 24 – Istituto Comprensivo Statale “G. Pascoli”

Via Orsini - 84010 Polvica - Tramonti (SA) - Tel e Fax.:089876220 - C.M. SAIC81100T
C.F. 80025250657 - Cod.Univoco: UFH4SG-Cod.IPA: istsc_saic81100t – AOO: SAIC81100T
www.ictramonti.edu.it - Email :saic81100t@istruzione.it- saic81100t@pec.istruzione.it



ISTITUTO COMPrensIVO STATALE - "G. PASCOLI"-TRAMONTI
Prot. 0000651 del 08/02/2021
05-07 (Uscita)

A tutti i Docenti
Agli Alunni
Ai Genitori degli Alunni
Albo - Sito

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 fine di offrire una guida chiara sul “carico giornaliero”, sul sito scolastico, “area genitori”, sono indicati i libri, quaderni e sussidi della giornata scolastica per ciascuna classe/sezione.

Tuttavia, di seguito, alcune raccomandazioni.

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.

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 vertebrale;
- 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 della comunità scolastica per l'usuale fattiva collaborazione.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO

Prof.ssa Luisa Patrizia MILO

Firma autografa omessa
ai sensi dell'art. 3 D. Lgs. n.39/1993