



**Ministero dell'Istruzione e del Merito
Istituto Comprensivo di Sasso Marconi**

via Porrettana 258 - 40037 SASSO MARCONI (BO)

C.F. 91201300372 – C.M. BOIC83600D - Tel.051/6758301 – C.U.: UFGT3J

PEO: boic83600d@istruzione.it – PEC: boic83600d@pec.istruzione.it -sito web: <https://icsassomarconi.edu.it>

Prot. vedi segnetura

Sasso Marconi

- Famiglie degli alunni della Scuola primaria e secondaria di Primo Grado
 - Docenti della Scuola primaria e secondaria di Primo Grado
 - Al Personale ATA
 - Al Sito Web/Albo Online

Oggetto: Misure per il controllo del peso degli zaini scolastici – Raccomandazioni per la tutela della salute degli alunni.

Premessa

Si comunica che nell'ultima seduta del Consiglio di Istituto su segnalazione della componente genitori è emersa una criticità in merito al peso degli zaini.

Al riguardo la scrivente, in linea con le indicazioni del Ministero dell'Istruzione e del Ministero del Lavoro e delle Politiche Sociali (Circolare congiunta prot. n. 5922 del 30 novembre 2009), intende richiamare l'attenzione di tutte le componenti scolastiche sull'importanza di prevenire e controllare il problema dell'eccessivo peso degli zaini, che può rappresentare un fattore di rischio per la salute e la corretta crescita degli studenti, in particolare a livello della colonna vertebrale.

Raccomandazioni per il Controllo del Peso dello Zaino

Si ricorda che la raccomandazione generale, basata sulla letteratura scientifica, stabilisce che:

- Il peso dello zaino non dovrebbe superare un "range" compreso tra il **10% e il 15% del peso corporeo** dell'alunno.

Si invitano pertanto docenti e famiglie a rispettare le seguenti norme e indicazioni pratiche:

Ai Docenti:

- **Armonizzazione del Materiale:** Prevedere, ove possibile, un'attenta calendarizzazione delle verifiche e una razionalizzazione del materiale didattico da portare a casa, evitando di richiedere l'uso simultaneo di tutti i libri di testo in giorni consecutivi.

- **Utilizzo Flessibile:** Consentire, laddove le condizioni strutturali e igieniche lo permettano, di lasciare in classe o in appositi armadietti i materiali non strettamente necessari per lo studio domestico. Consentire/proporre agli studenti più grandi e autonomi l'utilizzo condiviso dei libri di testo, invitandoli ad organizzarsi tra loro se vicini di banco.
- **Vigilanza:** Sensibilizzare gli alunni sull'importanza di portare con sé solo l'occorrente per la giornata e di indossare lo zaino in modo corretto.

Alle Famiglie:

- **Verifica Quotidiana:** Controllare regolarmente il contenuto dello zaino, rimuovendo libri, quaderni o altri oggetti non necessari per la giornata scolastica.
- **Scelta dello Zaino:** Scegliere zaini leggeri, con spallacci larghi, imbottiti e regolabili, e con una fascia lombare o pettorale, se possibile. Lo zaino vuoto dovrebbe avere un peso ridotto.
- **Corretto Utilizzo:** Incoraggiare gli alunni a indossare lo zaino utilizzando **entrambe le spalline** e a regolarle in modo che il peso sia distribuito uniformemente e la parte inferiore dello zaino non scenda sotto la linea della vita.
- **Distribuzione del Carico:** Insegnare agli studenti a posizionare gli oggetti più pesanti vicino alla schiena.
- **Valutazione Individuale:** Essere consapevoli che la raccomandazione sul peso (10-15%) è indicativa e che, in presenza di particolari condizioni fisiche, è necessario consultare il medico curante o lo specialista.

Nella consapevolezza che una buona alleanza tra scuola e famiglia è essenziale per garantire un ambiente scolastico sicuro e salutare per i nostri ragazzi, ringrazio anticipatamente famiglie e docenti per la consueta collaborazione.

LA DIRIGENTE SCOLASTICA REGGENTE

Emanuela Cioni

(firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi
e per gli effetti dell'art.3,co. 2, D.Lgs. n. 39/93)