Ministero dell'Istruzione e del Merito
UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO
ISTITUTO COMPRENSIVO "INDRO MONTANELLI"
Piazza L. Cerva, 45 – ROMA – ☎ 06.5010348 – 06.50513645 - C.F. 97197560580
COD. MEC. RMIC86100B - rmic86100b@istruzione.it rmic86100b@pec.istruzione.it

Circolare n. 36
Del 6.10.2026

Ai Docenti
Agli Alunni
Ai Genitori tramite il Registro elettronico
All'Albo — Al sito web — Agli Atti

Oggetto: Disposizioni sul peso eccessivo degli zaini e misure per ridurlo.

Per porre freno all'eccessivo carico degli zaini dovuto ai libri e sussidi didattici da portare a scuola ogni giorno, soprattutto in alcune giornate, per rispondere alle condivisibili preoccupazioni delle famiglie e per contribuire ad inquadrare la problematica nel corretto ambito legato alle conoscenze scientifiche, ai comportamenti degli allievi e agli interventi possibili delle Famiglie e dei Docenti, nell'ottica di un percorso educativo di prevenzione, è necessario fare riferimento alla nota congiunta del MIUR e del Ministero del lavoro, della Salute e Politiche Sociali (Nota Miur, prot. n. 5922 del 30/11/2009), avente per oggetto **"Chiarimenti in merito al peso degli zainetti scolastici".** In tale nota sono richiamate le raccomandazioni del Consiglio Superiore della Sanità il quale segnala che il peso degli zaini non deve superare un "range" tra il 10 e il 15 per cento del peso corporeo dell'alunno.
Pertanto **si dispone di limitare il peso dei sussidi didattici,** anche al fine di adempiere al combinato disposto di cui alle lettere a), b), c), n), dell'art. 15, comma 1 del D. Lgs. 9 aprile 2008, n° 81, nonché dall'art. 2, lettera a) **e si invitano** i **Docenti ed** i **Genitori ad affrontare la questione con tempestività e con la massima collaborazione.**

È evidente come sia necessaria un'educazione "all'essenzialità organizzativa" del corredo scolastico.

Sarà compito dei Docenti mettere in atto tutte le misure idonee a contenere il peso degli zaini, in misura proporzionata all'età degli alunni.

Tutti i Docenti, quindi, sono invitati a suggerire agli alunni le migliori e più opportune strategie per rendere agevole l'uso dello zaino:

- la condivisione con il proprio compagno/a di banco dei testi più pesanti del giorno (magari portarli a giorni alterni);
- svolgimento degli esercizi scritti sui quaderni e non sui libri di testo, che così possono essere lasciati a casa;
- utilizzazione di tablet o reader su cui possono essere scaricati i libri di testo in versione digitale;
- ogni altra opportuna indicazione che possa venire dal team o dal Consiglio di classe.

Si ricorda, infine, ai Docenti che gli zainetti ed eventualmente altro materiale portato dagli alunni per lo svolgimento delle attività didattiche, dovrà essere collocato in una corretta posizione, onde evitare danni a terzi.

Ai Genitori si chiede di controllare che:

- il peso dello zaino vuoto sia il più leggero possibile, dando priorità al momento dell'acquisto a quest'aspetto fondamentale e non alle mode adolescenziali;
- le bretelle siano ben regolate, considerato che lo zainetto scolastico ha di solito una serie di regolazioni che non sono state messe per motivi estetici, ma per rendere meno pesante il trasporto (le bretelle devono essere regolate in modo che la parte inferiore dello zainetto indossato non arrivi sino al livello dei glutei ed ovviamente devono essere di lunghezza uguale, in modo che il peso non si scarichi su una sola spalla);
- dal momento dell'uscita da casa e lungo il tragitto casa/scuola lo zainetto sia il più vicino possibile alla schiena (è un problema di leve perché tutto lo spazio che si lascia tra lo schienale dello zainetto e la schiena si trasforma in peso maggiore da sopportare per il corpo) e sia alzato e portato in maniera corretta per il fisico dell'alunno;
- i propri figli abbiano nello zaino solo i libri necessari per le lezioni del giorno ed i relativi quaderni;
- sul materiale da lasciare, su indicazione dei Docenti, nell'armadietto di scuola siano apposti nomi e cognomi degli alunni per non creare confusione;
- il peso dello zainetto non sia condizionato dall'arricchimento progressivo di materiale superfluo.

La presente disposizione rientra nell'ambito dell'Educazione alla Salute e promozione di "corretti stili di vita" ed è pubblicata sul sito web istituzionale ed all'Albo affinché non solo i Docenti in servizio presso la scuola, ma anche tutte le Famiglie degli alunni frequentanti ne possano prendere visione, al fine di acquisire piena conoscenza riguardo alle azioni da mettere in atto.

Confidando che tutti, Docenti e Genitori. applichino quanto comunicato, per garantire ai nostri alunni l'attenzione dovuta, si allega per conoscenza la Nota MIUR, prot. N. 5922 del 30/11/2009 e si rimanda per approfondimenti al Parere Consiglio Superiore di Sanità, Sessione XLII I, Assemblea Generale, Seduta del 16 dicembre 1999.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO
Prof.ssa Stefania FIASCHITELLO
Firma Autografa sostituita a mezzo stampa ex art. 3, comma 2 D.Lgs. 39/93