



**Ministero dell'Istruzione, dell'Università e della Ricerca**

Istituto Comprensivo Statale "Ugo Foscolo"

Via Corridoni, 1 – 26039 Vescovato (CR)

Cod. Meccanografico CRIC809005 – C.F. 93037610198 Tel. 0372/830417 – Fax 0372/830664

Sito web: www.icugofoscolo.it - e-mail uffici: cric809005@istruzione.it – cric809005@pec.istruzione.it

Vescovato,

**Ai docenti  
Ai genitori degli alunni  
AI DSGA  
Al Sito Istituzionale**

Oggetto: **DISPOSIZIONI SUL PESO ECCESSIVO DEGLI ZAINI**

Con le presenti disposizioni la scrivente intende dare una risposta concreta e fattiva alle numerose segnalazioni pervenute riguardo al peso eccessivo degli zaini.

Per contribuire ad inquadrare la problematica nel corretto ambito legato alle conoscenze scientifiche, ai comportamenti degli allievi e degli interventi possibili della famiglia e dei docenti, nell'ottica di un percorso educativo di prevenzione, è necessario fare riferimento a quanto pubblicato dal MIUR e dall'Istituto Superiore della Sanità. Nel corso degli anni si sono susseguiti interventi e note esplicative sul problema (nota 12 ottobre 1994 del Ministero della sanità, C.M. 1 marzo 1995, n. 68, parere del Consiglio Superiore di Sanità del 14 dicembre 1994, parere del Consiglio Superiore di Sanità del 16 dicembre 1999, Nota 30 dicembre 1999). In particolare si sottolinea la nota congiunta del Ministero dell'istruzione, dell'Università e della Ricerca ed il 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***", integralmente riportata, nella quale si sottolinea che: "il peso dello zaino non superi un "range" tra il 10 e il 15 per cento del peso corporeo. A tal proposito è però utile ricordare altre variabili di rilievo quali la massa muscolare dello studente, la struttura scheletrica, il tempo e lo spazio di percorrenza con il carico dello zaino sulle spalle. Tali variabili andranno valutate caso per caso da tutti coloro che interagiscono con lo sviluppo del fanciullo; per una proficua prevenzione delle rachialgie in età preadolescenziale e adolescenziale è necessario inserire la corretta gestione del peso dello zaino all'interno di una più ampia educazione alla salute e alla promozione di corretti stili di vita; da studi pubblicati risulta esistere una discreta variabilità sul peso trasportato da diversi studenti della stessa classe: questo implica una necessaria educazione all'essenzialità organizzativa del corredo scolastico da parte dei docenti e un maggior impegno in materia da parte delle case editrici di testi scolastici. Le conclusioni di tali raccomandazione che si ritiene utile portare alla conoscenza delle SS.LL. indicano che lo zaino pesa spesso più di quanto dovrebbe con il superamento dei limiti consigliati, che il peso eccessivo è causa di disagio fisico, che influisce sulla postura, sull'equilibrio, sulla deambulazione, anche se non sembra ancora scientificamente provato che influisca in maniera determinante su deformità vertebrali, mentre ci sono aspetti, quali ad esempio le rachialgie dell'età evolutiva, che meritano ulteriori approfondimenti. Infine si sottolinea l'importanza del fatto che lo zaino venga indossato in maniera corretta, facendo sì che il carico venga ripartito simmetricamente sul dorso e non su un solo lato: un carico asimmetrico comporta come noto carico aumentato per il rachide in atteggiamento posturale non fisiologico. Data l'importanza di tali suggerimenti se ne raccomanda la più ampia diffusione".

Date tali premesse, si invitano i Docenti ed i Genitori ad affrontare la questione con spirito improntato alla massima collaborazione. Sarà compito degli insegnanti, stante l'adozione di un orario definitivo, mettere in atto tutte le misure idonee a contenere il peso degli zaini, in misura proporzionata all'età degli alunni. Tutti i docenti, quindi, dovranno suggerire agli alunni le migliori e più opportune strategie per rendere agevole l'uso dello zaino. Nello specifico:

- abituare gli alunni a portare a scuola i testi ed il materiale strettamente necessario allo svolgimento delle attività programmate;
- **definire in modo stabile la scansione delle discipline, dell'orario "interno" di ciascun insegnante** (in particolare, gli insegnanti di italiano avranno cura di specificare ogni ora dedicata a grammatica, antologia, narrativa, storia, geografia, ect; gli insegnanti di matematica specificheranno quali ore dedicare a matematica e quali a scienze), **accertandosi che tutti gli alunni abbiano compreso la disposizione oraria**, per evitare che, nel dubbio, vengano portati a scuola tutti i testi possibili.
- **Ricordare ad ogni alunno la possibilità di depositare negli armadi di cui è dotata ogni aula dei plessi della scuola primaria e secondaria il materiale scolastico ingombrante o pesante**, ferma restando la responsabilità degli alunni di utilizzare tale possibilità conciliandola con la necessità di avere a casa il materiale per svolgere i compiti domestici assegnati.

È evidente come sia necessaria una educazione "all'essenzialità organizzativa" del corredo scolastico. Ciascun team e consiglio di classe potrà elaborare le opportune strategie per limitare il peso degli zaini.

Ai genitori si chiede di controllare che i propri figli abbiano nello zaino solo i libri necessari per le lezioni del giorno ed i relativi quaderni. Il controllo si ritiene necessario perché spesso gli alunni tendono a non estrarre dallo zaino i libri dei giorni precedenti o a portare comunque tutti i libri del giorno, senza tener conto di eventuali richieste dei docenti. Questa operazione, necessaria per tutelare attivamente la salute dei ragazzi, concorre anche a realizzare un controllo sullo svolgimento dei compiti assegnati per casa.

Certa della collaborazione da parte di tutti i soggetti coinvolti, invito i genitori a segnalare ai docenti situazioni particolarmente problematiche e che richiedono specifica attenzione per condividere soluzioni adeguate ed efficaci.

Il Dirigente Scolastico  
(Dott.ssa Paola Bellini)\*

*"Documento informatico firmato digitalmente e conservato presso l'amministrazione in conformità delle regole tecniche di cui all'art.71"*