



We prepare for

Cambridge

English Qualifications

MINISTERO DELL'ISTRUZIONE  
UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO  
**ISTITUTO COMPRESIVO STATALE SUPINO**

Scuola dell' Infanzia - Primaria – Secondaria 1° Grado sedi in Supino – Morolo – Patrica  
**Via Calvone, snc – 03019 Supino** ☎ 0775/487653 - fax 0775/487653  
Cod. Meccanografico **FRIC830001** – Cod. Fiscale **92053060601** Cod. Univoco **UFB8NA**  
E-mail: [fric830001@istruzione.it](mailto:fric830001@istruzione.it) – PEC: [FRIC830001@PEC.ISTRUZIONE.IT](mailto:FRIC830001@PEC.ISTRUZIONE.IT)  
web: [icsupino.edu.it](http://icsupino.edu.it)

Com. n. 29

Prot. e data come da Segnatura

AL SITO WEB  
Al personale docente  
Bacheca RE Personale Docente  
Bacheca RE Famiglie  
Sito web  
ATTI

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

Al fine di rispondere alle condivisibili preoccupazioni delle famiglie in merito al peso eccessivo degli zaini e 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 sulla 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”.*

Pertanto, tenuto conto che le disposizioni attualmente vigenti consentono dei setting di classe costituiti da banchi uniti, che rendono quindi possibile la condivisione di libri di testo tra compagni di banco, si invita a promuovere tale pratica.

Sarà compito degli insegnanti 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 alle alunne e agli alunni le migliori e più opportune strategie per rendere agevole l'uso dello zaino come, per esempio, **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, accertandosi che tutti gli alunni abbiano compreso la scansione oraria, per evitare che, nel dubbio, vengano portati a scuola tutti i testi possibili.**

**La presenza di versioni digitali del libro di testo consente anche lo studio su testi scaricabili dalle piattaforme delle case editrici e utilizzabili in modalità offline (quindi senza necessità di connessione Internet).** 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 a realizzare un controllo sullo svolgimento dei compiti assegnati per casa. Ciascuna famiglia potrà, inoltre, dotare i propri figli di corredi scolastici non troppo pesanti e voluminosi (es. presenza nello zaino di molti astucci di grandi dimensioni) e valutare la scelta dello zaino *anche* sulla base del tempo impiegato per lo spostamento casa scuola-casa.

Sempre in un clima di serena collaborazione, si potrebbero effettuare controlli a campione sul peso degli zaini e informare i genitori su eventuali situazioni problematiche, per cercare insieme soluzioni condivise.

La presente Comunicazione viene pubblicata sul sito web dell'Istituzione Scolastica.

La Dirigente Scolastica  
Prof.ssa Eleonora Mauriello

