

<p style="text-align: center;">MINISTERO DELL'ISTRUZIONE, DELL'UNIVERSITÀ E DELLA RICERCA UFFICIO SCOLASTICO REGIONALE PER IL LAZIO</p> <p style="text-align: center;">ISTITUTO COMPRENSIVO FERENTINO 1° - Distretto n° 052</p> <p style="text-align: center;">Cod. Fisc.92064600601 - Cod. Mecc.FRIC83900B</p> <p style="text-align: center;">Via Circonvallazione Ten. Alberto Lolli Ghetti MOVIM s.n.c. ☎ e fax: 0775/396601 - ✉ pec: fric83900b@pec.istruzione.it ✉ e-mail: fric83900b@istruzione.it Sito web: www.istitutocomprensivoferentino1.gov.it</p>	 A. S. 2018-2019
---	---

Circolare n° 8

Ferentino, 25/09/2018

Ai docenti Scuola Secondaria di 1° grado
Ai docenti Scuola Primaria
Ai genitori
Al sito web
Atti

Oggetto: CARICO ZAINO ALUNNI E MISURE PER RIDURLO.

In riferimento all'oggetto, si ritiene opportuno ricordare le Raccomandazioni del MIUR Nota prot.n. 5922 del 30 novembre 2009. Le conclusioni di tali raccomandazioni 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.

Nel ribadire quanto nel 1999 aveva osservato il Consiglio Superiore della Sanità, ovvero che 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,

SI RICHIEDE

A tutti i docenti della scuola secondaria, nessuno escluso, di operare, ciascuno per quanto riguarda la propria disciplina, in modo tale da ridurre il peso di libri e materiali che i ragazzi devono portare a scuola ogni giorno.

Pare indispensabile condividere la problematica in oggetto con alunni e genitori al fine di una fattiva collaborazione nell'applicazione di misure risolutive.

Come scuola, che mira al benessere degli alunni, dobbiamo affrontare questo problema, cercando soluzioni che ne consentano una gestione sostenibile.

Si elencano, senza pretesa di esaustività, alcune possibili precauzioni atte a ridurre il carico degli zaini degli alunni.

PER I DOCENTI:

1. Verificare la possibilità di tenere a scuola alcuni libri (riposti in armadi chiusi in classe, laddove presenti), in accordo con i genitori e limitatamente alle discipline che non necessitano quotidianamente di esercizi/studio a casa.
2. Consentire agli allievi la “spartizione” dei libri tra compagni: organizzare, ad esempio, tale suddivisione a file, responsabilizzando gli allievi sull’importanza di essere puntuali nel portare a scuola il testo giusto.
3. Educare gli allievi (e chiedere in tal senso la collaborazione dei genitori), a preparare responsabilmente lo zaino giorno per giorno sostituendo libri e quaderni del giorno prima con libri e quaderni del giorno dopo. Spesso accade, infatti, che le cartelle non vengano “completamente svuotate” ogni giorno.
4. Stimolare i genitori al controllo del contenuto degli zaini, onde evitare contenuti “non utili”.

PER GLI ALLIEVI (da leggere in classe stimolando la riflessione):

- 1) 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.
- 2) Indossare lo zainetto utilizzando entrambe le bretelle. Non portarlo mai su una spalla sola, per non avere sbilanciamenti della colonna. Non portarlo con una sola mano, anche se, durante i tragitti molto lunghi, se il peso non è eccessivo, si può saltuariamente toglierlo dalle spalle e tenerlo in mano, come una cartella.
- 3) Controllare la disposizione dei pesi. Deve essere equilibrata. Si parte con i libri più pesanti sul fondo dello schienale, quindi, via via, quelli più leggeri. Riempire lo zainetto in altezza e non in larghezza.
- 4) Il contenuto. Deve essere ben compattato all’interno, in modo tale che non possa spostarsi. Non sovraccaricarlo.
- 5) Regolare bene le fibbie delle bretelle. In modo che una spalla non pesi più dell’altra.
- 6) Ricordarsi di usare sempre e bene la cintura di fissaggio addominale. In modo che lo schienale sia sempre aderente alla schiena.
- 7) Chiudere sempre bene lo zainetto. In modo da compattare il più possibile il materiale all’interno.
- 8) Non sollevarlo rapidamente. Un peso può diventare pericoloso anche se viene applicato troppo bruscamente. Per indossare lo zaino, piegare le ginocchia, sollevarlo e portarlo sul banco o sul tavolo. Girarsi di schiena, flettere le ginocchia e le anche, anziché la schiena, infilare le braccia nelle bretelle e sollevarlo mantenendolo contro la schiena.

In considerazione del riproporsi delle condizioni di disagio le SS. LL., in quanto responsabili dell’organizzazione del lavoro per singola disciplina e per aree disciplinari, sono invitate ad individuare tutte le ulteriori possibili forme organizzative per contenere i disagi segnalati.

Sempre in un clima di serena collaborazione, si ribadisce che docenti e genitori sono invitati ad effettuare controlli sul peso degli zaini al fine di pervenire a soluzioni condivise.

SI RICHIEDE AI FIDUCIARI DI PLESSO E AI COORDINATORI DI CLASSE DI PRODIGARSI PER APPLICARE NEL MIGLIORE DEI MODI LE PRESENTI DISPOSIZIONI.

Ringraziando per l'attenzione e per la consueta collaborazione, si porgono cordiali saluti.

IL DIRIGENTE SCOLASTICO
Dott.ssa Angela MARONE

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Angela Marone', written in a cursive style. The signature is positioned below the printed name of the school principal.