



Insegnare con Metodo. Apprendere con Gusto in Europa  
Teaching innovation, learning motivation  
2019-1-IT02-KA101-061481



---

**Ministero dell'Istruzione**

Istituto Comprensivo II

**"Rita Levi Montalcini 1909-2012"**

Via CARAVAGGIO, 1 – 20851 LISSONE (MB) Tel. 039480792

[mbic8f5003@pec.istruzione.it](mailto:mbic8f5003@pec.istruzione.it) – [mbic8f5003@istruzione.it](mailto:mbic8f5003@istruzione.it)

Cod. meccanografico: mbic8f5003 – CF: 85017330151 – codice univoco: UF78X1

Circ. n. 102  
Lissone, 28.10.2022

**AI DOCENTI  
SCUOLA FARE'**

**OGGETTO: Misure per la riduzione del peso degli zaini scolastici**

Gentili tutti,

facendo seguito a quanto segnalato da alcuni insegnanti e genitori in merito al peso degli zaini degli studenti, si ricorda che già nel 1999 il MIUR, congiuntamente con il Ministero del Lavoro, della Salute e delle Politiche Sociali, richiamava la raccomandazione del Consiglio Superiore della Sanità secondo cui, 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 degli alunni che li indossano. 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, che vanno valutate caso per caso.

Nel quadro di un'ampia "Educazione alla salute", al fine di salvaguardare gli studenti da potenziali rischi legati al trasporto quotidiano di pesi superiori alle loro possibilità, si invitano i docenti, i genitori e gli alunni ad affrontare la problematica con la massima collaborazione.

Tanto premesso si invitano, pertanto, i docenti ad attuare strategie educative finalizzate all'essenzialità organizzativa del corredo scolastico.

Si elencano alcune possibili precauzioni atte a ridurre il carico degli zaini degli alunni, che ciascuno può integrare sulla base della propria personale esperienza.

- Organizzare la programmazione settimanale della classe in funzione di un'equa distribuzione dei carichi.
- Adattare la programmazione disciplinare al fine di prevedere l'alternanza dei libri da portare a scuola per la stessa disciplina.
- Definire in modo stabile, facendolo indicare per iscritto sul diario, la scansione delle discipline e del proprio orario interno, in modo tale da non lasciare che gli allievi, nel dubbio, ogni giorno portino tutti i testi di quella disciplina.
- Educare gli alunni a portare soltanto i libri e i materiali strettamente necessari alle attività programmate per ciascuna giornata.
- Quando possibile, adottare la prassi di proiettare sulla LIM i materiali documentari contenuti nei libri in modo da affrancare gli studenti dall'onere di portare i testi cartacei a scuola.
- I docenti di Educazione fisica dedicheranno la dovuta attenzione all'argomento, spiegando agli alunni come indossare lo zaino, per ripartire in modo simmetrico sul dorso il carico del peso.

E' naturalmente possibile proporre altre strategie/ suggerimenti da condividere con i colleghi (inviare una mail alla referente di Plesso, prof.ssa Barbara Sala: [barbara.sala@iclissonesecondo.edu.it](mailto:barbara.sala@iclissonesecondo.edu.it), che provvederà poi a raccogliarli e a renderli noti a tutti).

A partire dal 7 novembre invieremo ai genitori una circolare in merito, invitandoli a vigilare e responsabilizzare i figli nel predisporre correttamente i materiali da inserire nello zaino, favorendone la progressiva autonomia. Sarà anche l'occasione per rassicurare le famiglie del fatto che abbiamo già adottato/stiamo adottando adeguate strategie nel rispetto delle indicazioni ministeriali e sanitarie.

Si ringrazia per la collaborazione.

Cordiali saluti

La Docente collaboratrice  
Prof.ssa Barbara Sala

Il Dirigente Scolastico  
Prof.ssa Elisabetta Gaiani

*Firma autografa sostituita a mezzo stampa  
ai sensi dell'art. 3 comma 2 del D.Lgs. 39/93*