



MIM
Ministero dell'Istruzione
e del Merito



TERZO ISTITUTO COMPRENSIVO "DE AMICIS-SAN FRANCESCO"

Via Vittorio Veneto - Tel. 0831/841735

72021 Francavilla Fontana (Br)

Cod. Fiscale: 91071320740 - Codice Meccanografico: BRIC82700T

E-mail: bric82700t@istruzione.it E-mail certificata: bric82700t@pec.istruzione.it

Circolare n. 20

Francavilla Fontana, 10 settembre 2025

A tutto il personale
Agli studenti
p.c. alle Famiglie

OGGETTO: Disposizioni sul peso eccessivo degli zaini

Relativamente all'argomento in oggetto e per rispondere alle condivisibili preoccupazioni delle famiglie, anche nell'ottica di un percorso educativo di prevenzione, è necessario fare riferimento a quanto pubblicato dal MIUR, oggi MIM, 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"**, 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".

I docenti sono invitati affrontare la questione con spirito improntato alla massima collaborazione.

Sarà loro compito mettere in atto tutte le misure idonee a contenere il peso degli zaini, in misura proporzionata all'età degli alunni. Pertanto sono invitati:

- a definire in modo stabile il proprio orario "interno", accertandosi che tutti gli alunni abbiano compreso la scansione oraria, per evitare che, nel dubbio, vengano portati a scuola tutti i testi;

- a suggerire agli alunni le più opportune strategie per rendere agevole l'uso dello zaino, come per es. abituare gli alunni a portare a scuola i testi ed il materiale strettamente necessario allo svolgimento delle attività programmate;
- a sensibilizzare gli studenti a concordare con il compagno di banco, se l'organizzazione dell'attività didattica lo consente, i libri da portare in classe ogni giorno della settimana, prevedendo una divisione equa sul numero e sul peso. È evidente come sia necessaria una educazione "all'essenzialità organizzativa" del corredo scolastico.
- Per le discipline che prevedono l'ora di attività pratica i docenti sono pregati di comunicare agli alunni quando non è necessario portare il libro di testo.

Ciascun consiglio di classe potrà elaborare le opportune strategie per limitare il peso degli zaini.

I genitori sono corresponsabili dell'azione educativa posta in essere.

La Dirigente Scolastica

Anna Maria Nacci

(Documento firmato digitalmente ai sensi del CAD)