



ISTITUTO COMPRENSIVO
PIAZZA FILATTIERA 84
Roma

17 Settembre 2025

Circolare numero 26

Peso eccessivo degli zaini – Indicazioni operative per la prevenzione del sovraccarico

Come è noto, il tema del peso eccessivo degli zaini rappresenta un problema ricorrente che può incidere negativamente sul benessere psico-fisico degli alunni. Numerosi studi scientifici, il Consiglio Superiore della Sanità e la nota congiunta del MIUR e del Ministero del lavoro, della Salute e Politiche Sociali (Nota Miur, prot. n. 5922 del 30/1 1/2009) richiamano la necessità di contenere il carico trasportato dagli studenti entro il 10-15% del peso corporeo, al fine di evitare rischi posturali e muscolo-scheletrici. D'altronde, la scuola ha il dovere di prevenire condizioni potenzialmente nocive anche connesse all'organizzazione della didattica.

Per questo motivo, si raccomanda agli insegnanti di mettere in atto tutte le azioni possibili tese a contenere il peso degli zaini nei limiti precedentemente indicati, adottando, a tal fine, tutte le strategie possibili quali, ad esempio:

programmare con attenzione i compiti e le attività a casa, evitando la contemporanea richiesta di materiali voluminosi di più discipline; condividere materiali, sensibilizzando anche gli alunni a "dividere" i libri con il proprio compagno di banco; invitare gli stessi alunni a portare nello zaino solo il materiale strettamente necessario allo svolgimento delle attività didattiche programmate per ciascuna giornata.

I genitori, dal canto loro, si occuperanno di controllare l'orario delle lezioni e gli zaini dei propri figli al fine di evitare che essi contengano materiali non utili, dotando i figli di corredi scolastici non troppo pesanti e voluminosi e avendo cura che gli alunni indossino lo zaino in modo corretto, utilizzando entrambe le bretelle e facendo sì che il carico sia distribuito simmetricamente sul dorso e non su un solo lato.

Confido nella massima collaborazione, affinché questa problematica venga affrontata con responsabilità e continuità, a tutela della salute e del diritto allo studio dei nostri alunni.

Il Dirigente Scolastico

Prof. Claudio Finelli

Firma autografa sostituita a mezzo stampa ai sensi dell'art.3 comma 2 del D. L.gs n. 39/1993