



Scuola Secondaria I grado " **COCCHI - AOSTA** "

P.le G.F. Degli Atti , 1 - 06059 TODI (PG)

TEL 0758942327 FAX 0758954267

Web : www.scuolamediatodi.it e-mail : cocchi-aosta@libero.it

Prot n.

Todi, 07/02/2008

A tutti i docenti

A tutti gli alunni

A tutte le famiglie degli alunni

Loro Sede

Atti

Circolare n. 209

Oggetto: Uso dello zainetto scolastico

Le ricerche prodotte in questi anni sul problema dello zainetto scolastico hanno permesso di verificare che il ruolo degli insegnanti e delle famiglie è assolutamente determinante ed insostituibile anche per questo aspetto della vita scolastica. E' l'insegnante, infatti, che, dopo la famiglia, riveste un ruolo educativo primario nell'aiutare i suoi studenti e le loro famiglie ad apprendere tutte quelle modalità di gestione del peso quotidiano (inevitabile) dello zainetto scolastico; peraltro è l'insegnante che contribuisce a determinare il peso dello zainetto sia al momento della scelta dei libri che in quello dell'organizzazione del lavoro scolastico. Le famiglie, anche in questo caso, non possono esimersi dal compito di controllo e di aiutare i propri figli a ricercare tutte le soluzioni possibili per un uso corretto del proprio zainetto. Si ricorda che il peso dello zainetto non dovrebbe superare il 10% del peso corporeo.

A questo scopo ritengo utile fornire di seguito informazioni, suggerimenti e soluzioni:

1) Regolare le bretelle

Lo zainetto scolastico ha di solito una serie di regolazioni che non sono state messe per motivi estetici, ma per rendere meno pesante il trasporto. Le bretelle devono essere regolate in modo che la parte inferiore dello zainetto indossato non arrivi sino al livello dei glutei; ed ovviamente devono essere di lunghezza uguale, in modo che il peso non si scarichi su una sola spalla.

2) Posizione dello zainetto durante l'uso

E' assolutamente necessario mantenere lo zainetto il più vicino possibile alla schiena. E' un problema di leve: tutto lo spazio che si lascia tra lo schienale dello zainetto e la schiena si trasforma in peso maggiore da sopportare per il corpo.

3) Come riempire lo zainetto

Occorre mettere tutti gli oggetti più pesanti il più vicino possibile alla schiena, più sono vicine le cose pesanti e meno fatica è richiesta al corpo.

4) Cosa mettere nello zainetto

- L'armadio libri, presente in ogni classe potrebbe essere usato per riporre libri che servono prevalentemente in classe. In questo caso si raccomanda di apporre il proprio nome e cognome nei frontespizi dei libri, in modo da non essere confusi con altri.
- Nella formulazione dell'orario giornaliero delle lezioni occorre che la Scuola tenga conto anche del materiale che è richiesto agli studenti.
- Una delle soluzioni principali al problema è quella di condividere con il proprio compagno/a di banco i testi più pesanti del giorno (magari portarli a giorni alterni). Questa modalità dovrebbe essere accompagnata anche dalle famiglie.
- Attenzione a portare solo i testi necessari per la giornata. Molte volte per superficialità i ragazzi preferiscono portare più libri.
- La mancanza di controllo dello zainetto da parte dei genitori a volte consente un arricchimento progressivo di materiale superfluo, inutile, ma pesante (astucci, cartelle, ecc)
- Per il numero di quaderni, si suggerisce l'utilizzo di un unico raccoglitore, a cui cambiare i fogli delle varie discipline, magari di colore diverso, giornalmente.

5) I divieti dello zainetto

- Non correre con lo zainetto in spalla
- Non sollevare lo zainetto troppo rapidamente
- Non portare lo zainetto su una spalla sola
- Non stratonare un compagno per lo zainetto

IL DIRIGENTE SCOLASTICO
Prof. Marcello Rinaldi