ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE
"P. S. DI GUARDO - QUASIMODO" - CATANIA

REGIONE SICILIA

Sede centrale: Via Vitale 22 - Tel. 095-7440026
Sede Scuola Secondaria: Via A. D'Agata 16 tel. 095-421938
Posta elettronica: ctic8ag00p@istruzione.it PEC: ctic8ag00p@pec.istruzione.it
Sito Web: www.diguardoquasimodo.edu.it CF 93182750872
AMBASCIATA DI PACE

ISTITUTO COMPRENSIVO STATALE - P.S. DI GUARDO-QUASIMODO-CATANIA
Prot. 0014237 del 21/10/2026
IV-8 (Uscita)

Al personale docente
Alle famiglie
PC al DSGA
Al registro elettronico
Al sito

CIRCOLARE 66
Oggetto: Indicazioni e linee guida condivise sul contenimento del peso del materiale scolastico – Prevenzione e tutela della salute degli alunni e delle alunne, educazione all'essenzialità e alleanza educativa.

Gentili Docenti, Gentili Genitori,
la salute e il benessere psicofisico dei nostri alunni e delle nostre alunne sono da sempre al centro della nostra azione educativa e scolastica.

L'attenzione al peso degli zaini rientra a pieno titolo in questo percorso di cura e prevenzione, con l'obiettivo di evitare problemi posturali o della colonna vertebrale in una fase di crescita particolarmente importante.

A tal proposito, si ricordano al personale docente sia le indicazioni principali della Nota congiunta del Ministero dell'Istruzione e del Ministero della Salute (prot. n. 5922 del 30/11/2009), che – richiamando le raccomandazioni degli esperti – suggerisce di non superare il 10–15% del peso corporeo dell'alunno, sia i principi generali sulla tutela della salute introdotti dal D. Lgs. 81/2008.

Occorre però che accompagnare al richiamo agli aspetti legati alla salute, anche una riflessione di tipo didattico-educativo. Imparare a gestire il materiale scolastico ha infatti un forte valore educativo e di corresponsabilità. Se da un lato imparare a portare solo ciò che serve per le lezioni del giorno aiuta gli alunni e le alunne ad acquisire autonomia, senso di responsabilità e un buon metodo di organizzazione personale, dall'altro la gestione dello zaino è un'occasione concreta di collaborazione quotidiana tra docenti, genitori, ragazzi e ragazze.

Per rendere concreto tutto ciò si impartiscono alcune indicazioni e si invita il personale docente ad adottare le seguenti attenzioni:

1. **Pianificazione dell'orario e delle materie:**
   Il personale docente della scuola primaria è tenuto a coordinarsi per distribuire le materie durante la settimana, evitando di concentrare nella stessa giornata troppe discipline che richiedono libri pesanti.

Sede centrale: Via Vitale 22 - Tel. 095-7440026
Sede Scuola Secondaria: Via A. D'Agata 16 tel. 095-421938
Posta elettronica: ctic8ag00p@istruzione.it PEC: ctic8ag00p@pec.istruzione.it
Sito Web: www.diguardoquasimodo.edu.it CF 93182750872
AMBASCIATA DI PACE

Il personale docente della scuola secondaria di I grado è tenuto a coordinarsi in modo che agli alunni e alle alunne, di norma, non siano richiesti più di 3 libri di testo cartacei al giorno, valorizzando quando possibile i materiali digitali e le risorse condivise.

2. **Utilizzo di fascicoli e moduli:**
   Se i libri di testo sono suddivisi in più volumi o fascicoli, indicare con chiarezza agli alunni e alle alunne quale specifico modulo portare a scuola, evitando di far trasportare l'intero volume.
3. **Incoraggiare l'essenzialità e lasciare materiali a scuola:**
   In accordo con gli insegnanti della materia, e per i testi che non servono per i compiti a casa del giorno dopo, consentire agli alunni e alle alunne di lasciare in classe libri e materiali specifici.
4. **Indicazioni chiare per il giorno dopo:**
   Far segnare con il dovuto anticipo sul diario agli alunni e alle alunne il materiale effettivamente necessario, così da aiutarli a preparare lo zaino senza incertezze.
5. **Consigli pratici in aula:**
   Guidare abitualmente gli alunni e le alunne a distinguere ciò che è indispensabile da ciò che è superfluo, insegnando loro piccoli trucchi per organizzare meglio lo spazio nello zaino.

In considerazione della corresponsabilità nel percorso educativo e scolastico si chiede alle famiglie di affiancarci con cura in questo percorso quotidiano e si danno di seguito alcune indicazioni:

- **Aiutare i propri figli e le proprie figlie a diventare autonomi:** Guidare ed educare i propri figli e le proprie figlie a preparare lo zaino ogni sera, togliendo i libri del giorno appena trascorso e inserendo solo quelli del giorno dopo.
- **Svuotare periodicamente lo zaino:** Verificare che nello zaino non si accumulino quaderni vecchi, giochi o oggetti non richiesti per le lezioni.
- **Attenzione a come si indossa lo zaino:** Incoraggiare gli alunni e le alunne a usare sempre entrambe le bretelle e regolare le cinghie affinché lo zaino aderisca bene alla schiena.
- **Valutare l'uso di trolley e carrellini:** Per attenuare il carico sulla schiena lungo il percorso casa-scuola, può essere utile valutare l'uso di zaini dotati di trolley o carrellino ruotato (meglio se con struttura leggera e staccabile o con spallacci a scomparsa per facilitare la salita delle scale a scuola).

Si ringrazia il personale docenti, le famiglie e tutto il personale per la consueta disponibilità e per la preziosa collaborazione a favore del benessere dei nostri alunni e delle nostre alunne.

La Dirigente scolastica
Simona Maria Perni
Firmato digitalmente ai sensi del CAD e norme connesse