

Merkblatt: Schultasche- Schwer- oder Leichtgewicht?

1. Ausgangslage

Die Anforderungen, die eine Schultasche erfüllen muss, sind in der DIN 58124 geregelt. Ein wesentliches Problem wird durch diese Norm nicht gelöst: die übermäßige Belastung des kindlichen Rückens durch ein zu hohes Gesamttragegewicht.



Schulkinder erlangen erst mit Beginn der Pubertät ihre volle motorische Koordinationsfähigkeit. Durch zu schwere Schultaschen bestehen nicht nur Gefahren für den Bewegungsapparat der Kinder sondern auch für den Gleichgewichtssinn und das Standvermögen.

2. Welche Empfehlungen gibt es?

Es gibt zur Orientierung eine Faustregel, die auch von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung verwendet wird. (siehe Broschüre gesund und munter - Heft 10: Haltungsschäden vorbeugen)

Das **Höchstgewicht** der Schultasche – Tasche und Inhalt- sollte **maximal 10-12 Prozent des Körpergewichtes** betragen. Auf keinen Fall sollten 15 Prozent des Körpergewichtes überschritten werden.

3. Hinweise für Eltern und Schüler

Üben Sie mit Ihrem Kind das richtige Packen und prüfen Sie regelmäßig gemeinsam die Schultasche auf unnötigen Ballast.

- Schultasche täglich und nach dem Stundenplan für den nächsten Tag packen
- Schwere Bücher/ Gegenstände immer nahe am Rücken verstauen, leichtere Dinge nach vorn

Achten Sie auf den richtigen Sitz der Schultasche:

- Sie muss eng am Rücken sitzen
- Die Oberkante der Schultasche muss mit der Schulterhöhe eine Linie bilden
- Die Tragegurte sind straff angezogen
- Schultasche NIE über eine Schulter hängen, immer mittig auf dem Rücken tragen

Achten Sie bei der Schultasche auf ein leichtes Eigengewicht und auf eine stabile Rückenfront sowie einen stabilen Boden. Die Trageriemen müssen leicht verstellbar und gepolstert sein.

- Nutzung von vorhandenen Schließfächern in der Schule
- Die Lehrer fragen, welche Materialien in der nächsten Stunde gebraucht werden

4. Hinweise für Lehrer und Schulen

- ➔ Verbleib von Materialien im Klassenraum/ in der Schule ermöglichen (z. B. Schließfächer)
- ➔ Ankündigung, welche Materialien am nächsten Tag benötigt werden
- ➔ Anschaffung von Klassensätzen in bestimmten Fächern prüfen

5. Angebot „Materialstunde“ in der Regelschule Pestalozzi

Die Materialstunde richtet sich an Schüler der 5. Und 6. Klassen. Ziel ist, dass die Schüler in die Lage versetzt werden, ihre Schultasche selbstständig und richtig zu packen.

Das Angebot ist Teil der schulbezogenen Jugendsozialarbeit und wird von Frau Jahn (Schulsozialarbeiterin in der Regelschule Pestalozzi) durchgeführt.