



الرقم: 1/11/
التاريخ: 2019/08/07
الموافق: 1440/12/06



حضرة مديري ومديرات المدارس الحكومية والخاصة المحترمين
تحية طيبة وبعد،،

الموضوع: التوعية حول مخاطر ثقل الحقيبة المدرسية واتخاذ التدابير المناسبة
الإشارة الى كتاب معالي وزير التربية والتعليم رقم:وت/ع/11/3/23490 بتاريخ 2019/8/4

نهديكم أطيب التحيات، في إطار الموضوع أعلاه، واستعدادا لاستقبال العام الدراسي الجديد، ومن منطلق حرصنا على سلامة الطلبة بما يخص حمايتهم من الأمراض الناجمة عن ثقل الحقيبة والجلسة غير الصحيحة، فإنه يرجى المباشرة بإجراء ما يلي:

- عقد اجتماع خاص مع طاقم المدرسة قبل بدء العام الدراسي الجديد، للحديث عن مضار ثقل الحقيبة المدرسية، وأهمية متابعة الجلسة الصحيحة للطلبة، ومنع وضع الحقيبة المدرسية خلف الظهر على المقاعد، واعتماد برنامج الدروس الأسبوعي، والالتزام به منذ اليوم الأول لبدء دوام الطلبة، وتقليل عدد و وزن الدفاتر المطلوبة ما أمكن.
- تعميم نشرة توعية حول مواصفات الحقيبة الجيدة، ومخاطر ثقل الحقيبة المدرسية على شبكات التواصل الاجتماعي للمدرسة قبل بدء العام الدراسي، وتوزيعها على أهالي الطلبة ضمن اللقاءات التثقيفية.
- توفير رفوف ثابتة أو خزائن في كل صف ما أمكن، لتوضع عليها الدفاتر أو الكتب أو المواد التي يستخدمها الطالب داخل الصف.

مع الاحترام،،

مرفق: النشرة التوعوية حول مواصفات الحقيبة المدرسية

أ. باسم عريقات
مدير التربية والتعليم



نسخة السيد مدير الدائرة الفنية المحترم

نسخة قسم /الاشراف التربوي، متابعة الميدان، الرقابة الداخلية المحترمين

الصحة المدرسية

تأثير الحقائب المدرسية على صحة الطالب

يؤثر الاستخدام الخاطئ للحقائب المدرسية على صحة الطلبة حيث أشارت العديد من الدراسات أن زيادة وزن الحقيبة المدرسية حملها بصورة خاطئة يؤثر على سلامة الهيكل العظمي للطلبة ويظهر على شكل تشوهات في العمود الفقري والأطراف.



وللحد من الاستخدام الخاطئ للحقيبة المدرسية لابد من مراعاة عدة عوامل منها:
✓ مواصفات الحقيبة المدرسية. ✓ محتويات الحقيبة، ✓ برنامج الدروس الأسبوعي، ✓ طريقة حمل الحقيبة.
يتحمل كل من ولي الأمر والطالب والمعلم المسؤولية في متابعة ومراقبة الحقائب المدرسية بما يحقق أفضل صحة للطلبة، ولضمان الاستخدام الأمثل للحقائب المدرسية يجب العمل بما يلي:

دور ولي الأمر

- ⊖ اختيار الحقيبة المناسبة لعمر الطالب ووزنه وحجمه ضمن المواصفات الصحية.
- ⊖ شراء دفاتر ذات الوزن الخفيف وفق احتياجات الطالب.
- ⊖ مشاركة الأبناء في التحضير والتهيئة لليوم الدراسي التالي.
- ⊖ تفقد محتويات الحقيبة باستمرار.
- ⊖ توعية أبنائهم بالطرق الصحية لحمل الحقائب.



دور الطالب

- ⊖ تبديل الكتب والدفاتر يومياً تبعاً للبرنامج الدراسي.
- ⊖ اختيار الحقيبة المناسبة لعمره وحجمه واحتياجه والابتعاد عن التقليد.
- ⊖ تجنب وضع الألعاب والأشياء الخاصة في الحقيبة المدرسية.
- ⊖ توعية زملائه الطلبة حول المشاكل والأضرار الناجمة عن الاستخدام الخاطئ للحقيبة المدرسية.



دور المعلم

- ⊖ التقيد ببرنامج الدروس الأسبوعي وفق الخطة المعدة منذ اليوم الأول لبداية العام الدراسي.
- ⊖ تحديد موضوعات الحصة قدر الإمكان (مثال: حصص اللغة العربية: حصة التعبير، القواعد المطالعة، الخ...).
- ⊖ التقليل قدر الإمكان من عدد الدفاتر المطلوبة للمبحث الواحد.
- ⊖ تحديد حجم الدفاتر المناسب لكل مادة.
- ⊖ إمكانية دمج أكثر من موضوع للمبحث في دفتر واحد (مثال: مبحث اللغة العربية: إملاء، قواعد، تعبير، الخ...).
- ⊖ إمكانية دمج أكثر من مبحث في دفتر واحد (مثال: فيزياء، كيمياء، أحياء، الخ...).
- ⊖ توعية الطلبة بالرق الصحيحة لحمل الحقائب.
- ⊖ تفقد محتويات حقائب الطلبة عشوائياً.

