



## ZWARE BOEKENTASSEN



Geen enkele ouder ziet zijn kind graag geladen als een muilezel elke ochtend naar school vertrekken. En ook op school zien we met verbazing sommige leerlingen als 'ruimtevaarders' met grote, zware rugbepakking toekomen. Wetenschappelijk onderzoek toont aan dat zestig procent van onze veertienjarigen rugklachten heeft. De zware boekentas zit daar zeker voor iets tussen, naast overgewicht, computeren en tv-kijken (!).

Een boekentas mag slechts 10% wegen van het lichaamsgewicht van een leerling. Een kind van veertig kg mag dus maximaal een boekentas hebben van vier kg. En of die nu in de hand of op de rug wordt megedragen, te zwaar blijft te zwaar.

Als school proberen we er alles aan te doen om leerlingen hierbij te helpen. Hiertoe hebben we in het verleden al vaker maatregelen getroffen en afspraken gemaakt:

- In elk klaslokaal staan er **kasten** met vakken zodat leerlingen er handboeken en ander materiaal kunnen achterlaten. Dit vraagt wel wat **planning en organisatie** met hulp van leraars en ouders (leren leren).
- In het vaklokaal aardrijkskunde zijn er **extra atlassen** ter beschikking zodat leerlingen hun eigen atlas thuis kunnen laten. Bij hoge uitzondering moeten ze die een keer meebrengen. De leraar verwittigt dan op voorhand.
- **Werkboeken kunnen meestal uit elkaar** (losbladig) zodat alleen het hoofdstuk waar men in de les mee bezig is, mee naar school moet. De leraar verwittigt tijdig wat wanneer nodig is.
- Leerlingen kunnen naar keuze met **één grote map en losse notitiebladen** werken of met **verschillende dunne mapjes** per vak.
- Leraars letten er op dat er **zo weinig mogelijk nodeloos heen en weer** moet. Ze laten leerlingen in hun **agenda** noteren wat ze wel en niet nodig hebben. Soms lukt het ook met één handboek per bank in plaats van twee, enz.
- Leraars **vermijden dat (jonge) leerlingen uit angst of onzekerheid alles meesleuren**, bijvoorbeeld door hen niet overdreven te straffen als ze iets weer niet bij hebben.

(...)

(...)

Misschien zet je de boekentas van je eigen kind thuis best ook eens op de badkamerweegschaal. Een inspectie van de inhoud leert je dat kinderen, zeker in het eerste of het tweede jaar, veel te veel meesleuren en vaak ook dingen die met de lessen zelfs niets te maken hebben. En misschien begint het probleem al bij een lege boekentas die veel te zwaar is.

*Bekijk samen met je kind eens wat er wel en niet in de boekentas thuishoort. Elke dag leegmaken en met de agenda in de hand weer vullen, is de beste methode.*

Als we hier zowel thuis als op school aandacht aan besteden, lossen we het probleem misschien niet altijd volledig op, maar we kunnen wel veel verbeteren. Dit zal ons alleen lukken met volgehouden aandacht, meer dan met een eenmalige actie.

Al uw eigen ideeën hierover zijn altijd welkom. We staan open voor gesprek.

Met beleefde groeten

Roland Severijns  
directeur