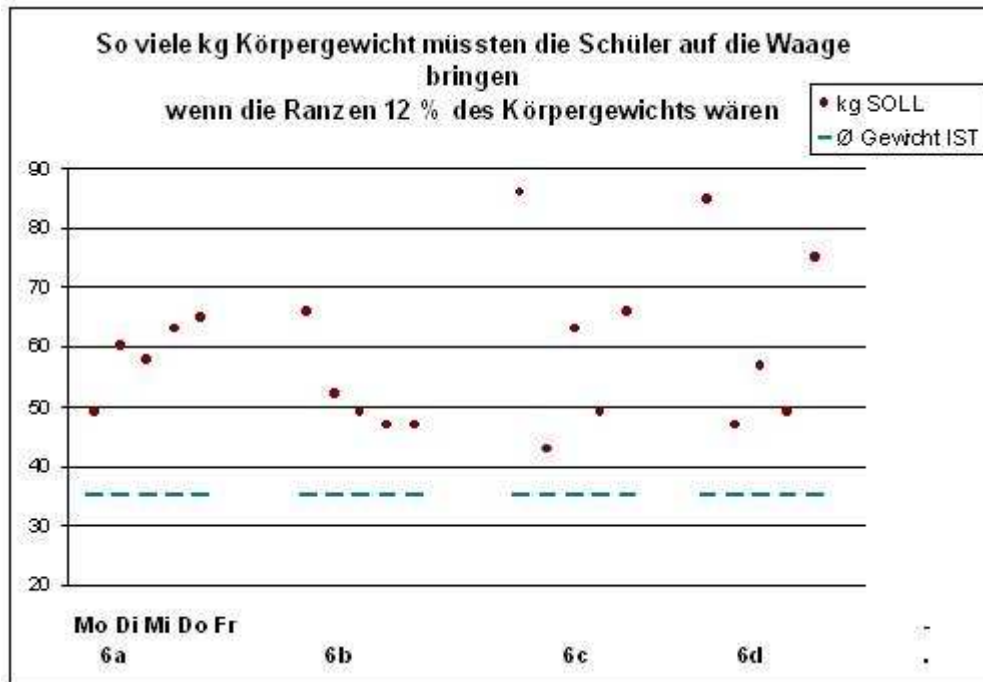


Auswertung der Ranzen Gewichte von 8 Klassen (Gymnasium Klasse 5 und 6, Schuljahr 2006/2007)

ERGEBNIS Klasse 6 a b c d 1. Halbjahr 2006/2007



(z.B. am Montag müssten Schüler der Klasse 6 d 85 kg Körpergewicht haben;
wenn der Ranzen (Gewicht 10247g) optimal 12 % des Körpergewichts wäre;
Die leichtsten Ranzen sind für Schüler mit 45 - 50 kg akzeptabel)

aber: wir können und wollen unsere Kinder nicht an das Ranzengewicht anpassen.



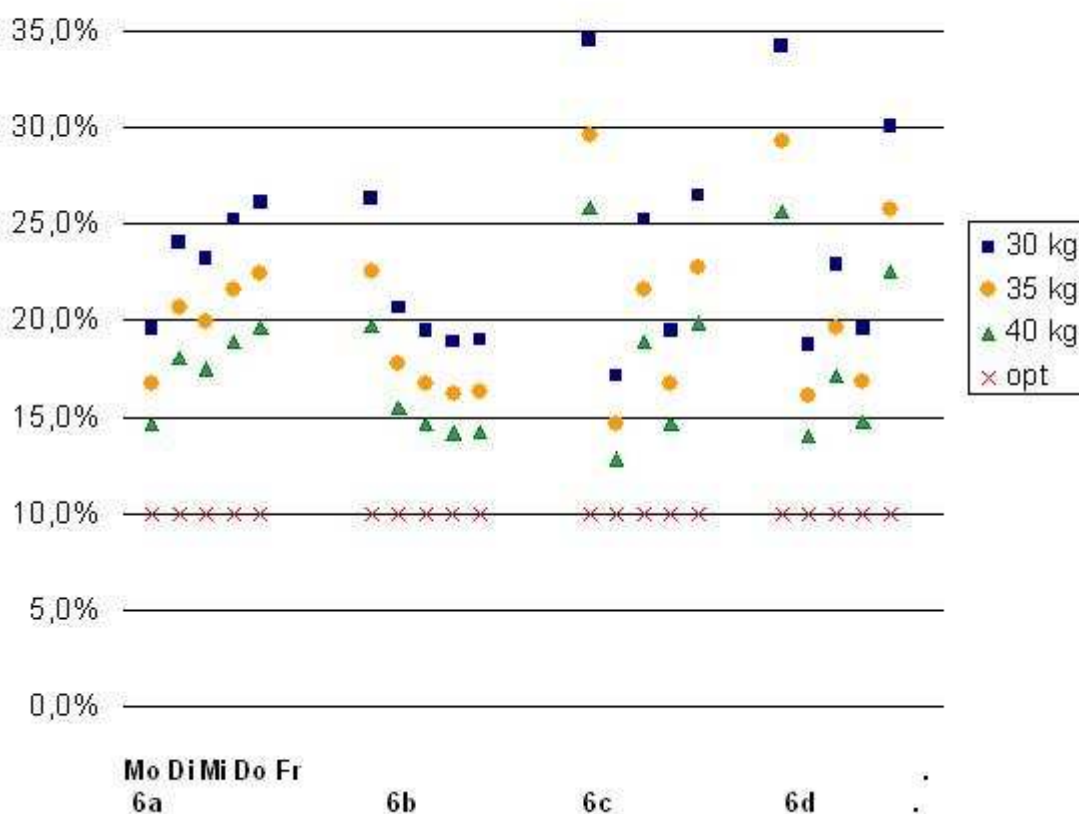
**und das wiegen die Ranzen (mit Sporttasche) pro Tag (in g)
(nur das Nötigste für die Schule, keine persönlichen Dinge)**

Klasse	6a	6b	6c	6d
Mo	5.857	7.881	10.358	10.247
Di	7.216	6.188	5.127	5.602
Mi	6.967	5.845	7.554	6.863
Do	7.565	5.667	5.843	5.871
Fr	7.842	5.692	7.939	9.000

bei einem Körpergewicht von 30 - 40 kg

ABER :
**Das Ranzengewicht sollte eigentlich nicht mehr
als 10 % des Körpergewichts betragen**

**Ranzengewicht in % des Körpergewichts GB G 2006/2007
bei Kindern mit 30 35 40 kg
Werte pro Wochentag Mo - Fr**



(z.B. montags beträgt in der 6c das Gewicht des Ranzens fast 35 % des Körpergewichts für Schüler mit einem Körpergewicht von 30 kg; für Schüler mit Körpergewicht 40 kg noch mehr als 25%, empfohlen sind 10 % ; an allen Tagen wird in allen Klassen das empfohlene Gewicht überschritten)

Packesel Schulkinder

Eigentlich wissen es alle, aber da keiner eine Lösung parat hat ,wird es toleriert und heruntergespielt. Mancher sagt sich : 2-4 kg mehr, was macht das schon, das ist doch nicht viel...

Informationen und Aktionen gibt es gelegentlich für Grundschüler. Aber in den weiterführenden Schulen

Klasse 5 - 7 ist das Gewicht noch viel höher - und keiner achtet mehr darauf.

Die Größe "Ranzengewicht max. 10 - 12 % des Körpergewichts" ist sogar in einer DIN-Norm für Schulranzen

definiert. Wir Eltern nehmen die Ranzen viel zu selten in die Hand, um uns des Problems bewusst zu sein.

Auch die Lehrer sollten immer mal wieder einen Ranzen hochheben.

Unsere Kinder fühlen sich schon groß und stark und denken, dass sie die schweren Ranzen schleppen können.

Kein Erwachsener würde mit solchem Gewicht auf dem Rücken (bzw. doppeltem Gewicht, entsprechend

dem Körpergewicht) täglich herumlaufen.

Arbeitnehmer würden in solchen Fällen sofort Maßnahmen vom Arbeitgeber verlangen, der Betriebsarzt

und Betriebsrat würden sich einschalten wegen Gesundheitsschutz und Prävention.

Oder wir fahren mit dem Auto direkt vor die Tür und nehmen einen Trolley.

Machen sie den Selbsttest:

Packen sie einen Rucksack oder eine Tasche mit 4, 6 und 8 kg .

Das tragen die Schüler jeden Tag.

Erwachsenen müssten eigentlich aber das Doppelte schleppen, da das

Körpergewicht im Verhältnis zu den Kindern das Doppelte und mehr beträgt

Jetzt packen sie also eine Tasche mit 16 kg - das ist ungefähr das Gewicht

einer Kiste Mineralwasser.

Möchten sie jeden Tag diese Lasten schleppen ?

Ständig hört man: Die Hauptverantwortung liegt bei den Kindern. Die sollen eben nur einpacken, was sie wirklich brauchen. Oder sich entsprechend organisieren .

Aber mit den vielen Heften und Büchern haben die Kinder überhaupt keine Chance, ein akzeptables Ranzengewicht zu erreichen.

Ein optimales Ranzengewicht muss erreicht werden

- **für alle Kinder** -> man muss sich an den leichten Kindern orientieren

- **an allen Tagen** -> da hilft nur: Bücher müssen raus aus den Ranzen !!

Mein Fazit nach einem halben Jahr www.schwereRanzen.de

Seit ungefähr einem halben Jahr gibt es nun meine webseite. In dieser Zeit habe versucht, an unserer Schule etwas in Gang zu bringen – mit mäßigem Erfolg. Ich habe Lehrer, Eltern, Schulbuchverlage, Schulranzenhersteller, Elternzeitschriften, Politiker und verschiedene Ministerien angesprochen. Und ich habe sehr intensiv ständig im Internet recherchiert.

WISSENSCHAFTLICHER NACHWEIS UND GESUNDER MENSCHENVERSTAND

Eine Recherche „schwere Ranzen“ über Google bringt unzählige Treffer. Dass das Ranzengewicht im Zusammenhang mit dem Körpergewicht zu sehen ist, ist überall bekannt. Auch dass es einen Richtwert gibt - maximal 10 bis 12 % des Körpergewichts. Dieser Richtwert wird von allen Seiten - Ärzten, Gesundheitsministerium, Krankenkassen, Unfallversicherern bestätigt.

Fast immer wird das Ranzengewicht im Zusammenhang mit Rückenschmerzen und Haltungsschäden gesehen. Wissenschaftlich ist dies noch nicht endgültig nachgewiesen bzw. nicht, ab welchem Ranzengewicht Schäden erwartet werden können. Medizinisch lässt sich das vielleicht erst mit Langzeitstudien nachweisen – bisher gibt es sie noch nicht – und in der Medizin findet man in den seltensten Fällen eine einheitliche Meinung.

Man kann sich jetzt hier stundenlang streiten, und wird nicht weiterkommen. Ob Rücken- und Haltungsschäden jetzt eher von schweren Ranzen, von falschen Tragegewohnheiten, von zu wenig Bewegung, zu wenig Sportunterricht, zuviel Computer und Fernsehen oder sonst was kommt – sicher spielt alles mit.

Dieses Schlachtfeld sollten wir verlassen
Schon der gesunde Menschenverstand sagt uns aber, dass für ein 30kg schweres Kind ein 6-8 kg schwerer Ranzen nicht zumutbar sein kann.

**Es zählt hier allein, dass zu schwere Ranzen für unsere Kinder unzumutbar sind.
PUNKT.**

**Und dass Eltern und Schule/Lehrer daran was ändern müssen – hier in der Pflicht sind
PUNKT.**

FEHLENDE VERPFLICHTUNG DER SCHULEN ZUR EINHALTUNG VON RICHTWERTEN

FEHLENDE VERBINDLICHE RICHTWERTE UND FEHLENDE IST-DATENBASIS

Jedem, der sich mit dem Thema beschäftigt, ist der Soll-Wert 10-12 % bekannt.

Keine Schule kümmert sich wirklich um diesen Richtwert.

Jedem ist bekannt, dass die Ranzen viel zu schwer sind .

Jeder schiebt die Schuld auf den anderen - Lehrer/Schulleitung auf Schüler und Eltern, Eltern auf Schul/Lehrer.

So kommt keine Lösung zustande.

Die Schulen müssen in die Pflicht genommen werden, Lösungen zu finden - wenn nicht freiwillig, dann muss der Gesetzgeber Vorgaben machen.

Bei Rauchen, Drogen, Adipositas,... , den Schulthemen, die einem bei Prävention in Schulen sofort einfallen und die auch grade sehr populär sind, liegt das Problem im Verhalten der Betroffenen selbst (vereinfacht gesagt)

Bei der Belastung durch schwere Ranzen liegt das anders. Die Kinder selbst können nicht entscheiden, was sie für den Unterricht mitbringen müssen - Bücher, Hefte, Sportzeug,.. - das wird von den Lehren vorgegeben. Und die Summe der Materialien (nach Stundenplan) bestimmt das (hohe) Ranzengewicht. Das Problem ist von der Institution Schule, der unsere Kinder anvertraut sind, verursacht. Und Gesundheitsschäden bei den "Schutzbefohlenen" werden - trotz Warnung von allen Seiten - billigend in Kauf genommen.

Der Richtwert "10-12%" ist gut für uns Eltern - individuell für jedes einzelne Kind - daran können wir uns für unser eigenes Kind orientieren. Aber für die Schule / für die ganze Klasse ist dieser prozentuale Richtwert nicht ausreichend, nicht konkret genug - denn es muss eine Lösung gefunden werden, die für alle passt .

Besser wäre - für die Schulen - eine zusätzliche Orientierungsgröße "Ranzengewicht in kg".

Beim zugrunde zu legenden Körpergewicht kann man sich auf statistische Daten beziehen. Aber nicht die Durchschnittswerte je Klassenstufe sind entscheidend, auch für die leichteren 25 % der Kinder muss es passen. (Statistische Daten müssten z.B. aus den Schuleingangsuntersuchungen der Schulärzte vorliegen)

Richtgrößen könnte z.B. sein für	Körpergewicht	zulässiges Ranzengewicht
1. und 2. Klasse	20 bis 25 kg	2,5 kg
3. und 4. Klasse	25 bis 30 kg	3,0 kg
5. bis 6. Klasse	30 bis 35 kg.	3,5 kg

Diese **Richtgrößen in kg** müssten von den Kultusministerien konkret für die einzelnen Klassenstufen festgelegt werden! Oder vom Gesundheitsministerium empfohlen werden. Oder von beiden Ministerien ressortübergreifend.

Das gibt es bisher nicht! Nur der Richtwert „10 % des Körpergewichts“ ist für Vorgaben an die Schule nicht konkret genug.

Diesem Richtwert gegenüber stehen aktuell nur vereinzelte Ranzen-Wiegeergebnisse von Eltern und Schulen bzw. aus einer medizinischen Studie.

Und diese Ergebnisse sind alle - ohne Ausnahme - erschreckend !!

Es gibt keinen einzigen "Ranzen-TÜV", bei dem der Richtwert auch nur annähernd eingehalten wurde.

Aber es passiert trotzdem so gut wie nichts.

Es gibt aber auch keine Zahlen von offizieller Stelle (sprich: Ministerien), keine Erhebungen, keine Stichproben.

Das Ranzengewicht muss differenziert betrachtet werden. Es wird beeinflusst vom Eigengewicht des Ranzens (ca. 1000 bis 1500 g, leichter geht es leider nicht) und vom Inhalt. Unbedingt notwendig beim Inhalt von Seiten der Kinder/Eltern sind z.B. aber Vesper, Getränk, Mäppchen (zusammen ca. 1000 bis 1500 g). Es lässt sich nicht bestreiten, dass manchmal der Ranzen suboptimal von den Kindern gepackt ist und auch einmal Dinge enthalten sind, die nicht nötig sind. Das ist aber eher die Ausnahme.

also: das Eigengewicht des Ranzens können wir nicht ändern, ohne Ranzen geht es nicht; ohne Mäppchen, Getränk, Pausenbrot - geht auch nicht. Das ist auch sehr individuell .

Wo also kann man was machen ? organisatorisch ? für alle ?

Für den größten Teil des Ranzeninhalts ist die Schule / sind die Lehrer verantwortlich – nämlich für das Material, das zum Unterricht mitgebracht werden muss - Bücher, Hefte, Schnellhefter mit Kopien, ..

Und das kann unabhängig vom individuellen Packverhalten objektiv ermittelt werden. Denn dieses Material ist für alle Kinder einer Klasse gleich!

Ich habe in dem letzten halben Jahr auch bei intensivsten Recherchen zum Thema keine öffentliche Stelle gefunden, die die Schulen bzw. das Kultusministerium ernsthaft in die Pflicht nimmt, auch ihnen Verantwortung für die schweren Ranzengewichte gibt und Lösungen von ihnen fordert. Immer wird bisher die Verantwortung auf Kinder und Eltern abgeschoben.

Es gibt keine Veröffentlichung, die die Summe der Schulmaterialien kritisch unter die Lupe nimmt. Dieser Faktor wird anscheinend als gegeben und nicht beeinflussbar angesehen. Und doch ist es der entscheidende Punkt .

(mir scheint, bei allen Veröffentlichungen schreibt seit Jahren einer vom anderen nur ab - es finden sich fast überall die gleichen Aspekte, die gleichen Formulierungen. Antworten von Kultusministern auf Anfragen an den Landtag sind z.T. wortwörtlich aus Jahre alten Broschüren übernommen)

Es scheint eigentlich unmöglich, den Richtwert einzuhalten - die Quadratur des Kreises. Und trotzdem muss im Interesse der Kinder eine Lösung gefunden werden.

Nur pauschale Aussagen führen nicht weiter. Aber wenn es keine konkrete nachvollziehbare Datenbasis gibt, dreht man sich im Kreis – an den Schulen und bei den Ministerien.

Um die Einschätzung der Lage abzugeben und als Einstieg (Erstaufnahme) ist es wichtig, dass jede Schule und übergeordnet die Ministerien umfassende Daten über die "Beladung mit Schulmaterialien" übergreifend über Klassenstufen, eventuell Schularten und Länder ermitteln und auswerten. Der Richtwert (kg Ranzengewicht je Klassenstufe) muss flächendeckend mit dem IST – Gewicht verglichen werden – jede Schule, jede Klasse.

(Der Aufwand ist für die Schulen gering - pro Klasse max. 1 Stunde - Klassenlehrer oder Schüler selbst (s. Wiegezettel bei Materialien) . Auch die Datenerfassung und -auswertung landesweit ist mit relativ einfachen Mitteln schnell möglich - Kalkulationsprogramme / Datenbanken / spezielle Auswertungsmodule etc.)

Aber Vorsicht: ein Durchschnittswert über die ganze Klasse bzw. die ganze Woche ist nicht unbedingt aussagefähig.

Bei Kinder zwischen 10 und 12 Jahren ist die Streuung Körpergröße/Körpergewicht sehr sehr groß. Das Problem schwere Ranzengewichte betrifft aber v.a. die kleinen, leichten Kinder. Wir nur ein Durchschnittswert über alle Kinder / alle Ranzengewichte gerechnet, dann wird das Missverhältnis Körpergewicht/Ranzengewicht für diese Gruppe total verschleiert.

Auch schwankt das Ranzengewicht von Wochentag zu Wochentag in Abhängigkeit vom Stundenplan stark. Deshalb sollte an allen Tagen gewogen werden. Hat die Klasse an einem Tag Deutsch, Mathe und Englisch, kommen schnell 8 kg zusammen. Steht auf dem Stundenplan Kunst , Religion und Geschichte, dann kann man auch mal 4 kg auf dem Rücken haben. Haben die Kinder an 3 Tagen zu schwere Ranzengewichte und an 2 Tagen leichte, dann wäre das Durchschnittsergebnis, dass die Ranzengewichte o.k. sind.

Jeder wird dann die Zahlen wieder seinem Ziel entsprechend interpretieren.
Trau keiner Statistik,

Liegen erst einmal valide Daten auf dem Tisch, dann braucht man sich nicht mehr über die Fakten zu streiten und kann die Energie darauf verwenden, Lösungen zu suchen und zu realisieren. Erst detaillierte SOLL-IST-Vergleiche zeigen individuelle Lösungsmöglichkeiten auf. Die Auswirkung von Lösungsmöglichkeiten lassen sich damit auch quantifizieren – Ausreden und gegenseitige Schuldzuweisungen sind nicht mehr möglich. Jede Schule kann ihre individuelle Lösung suchen. Man kann ohne Vorwürfe gemeinsam an der Lösung arbeiten – jeder seinen Part – Schule, Lehrer, Schüler, Eltern, Kultusministerium, Schulbuchverlage....

Aber: das Ziel muss „von oben“ vorgegeben sein - und auch kontrollierbar sein.
Es darf für die Schulen nicht auf freiwilliger Basis ablaufen – sonst passiert nichts bis zum Sankt-

Nimmerleins-Tag. Denn auch die Lehrer setzen ihre Prioritäten – und schwere Ranzen rangieren nicht sehr weit vorne.

Ganz wichtig ist es, die Schulranzengewichte für jede Klassenstufe einzeln zu diskutieren. Bisher ist das viel zu undifferenziert. Grundschule und weiterführende Schulen (bzw. Klasse 5, 6 und 7) sind nicht vergleichbar.

Hilfreich dazu wäre ein Ansprechpartner bzw. ein kleines Team (Lehrer/Eltern) in jeder Schule. Auch so was gibt es bisher nirgends.

Es hilft nicht weiter, nur auf das Problem hinzuweisen.

Es helfen auch keine kurzfristigen Einzelfalllösungen - viel zu viele Kinder sind davon betroffen.

Wir brauchen konkrete verbindliche Richtwerte für die Schulen generell.

Es müssen von Schule und verantwortlichen Behörden differenzierte Daten eingefordert werden.

Eltern und Kinder müssen die Einhaltung der Richtlinien bei den Schulen einfordern können.

**Gabi Stas
30.08.2007**

Viele Ideen, die sie auf meiner webseite finden, sind nicht neu.
Beim Recherchieren stoße ich immer wieder auf alte und neue Berichte.

Aber da nichts vernetzt ist - nirgends - fängt jeder wieder an, das Rad neu zu erfinden.

Warum müssen in den Schulen immer die Eltern die Ranzen-Aktionen initiieren ?
Ganz selten findet man mal eine Aktion, die von der Schule angestoßen wurde.

30.09.07

Haben Publikationen, vereinzelte Ranzen-TÜVs und sporadische Schulung von Lehrern letztendlich Auswirkungen im realen Schulbetrieb ?

Was kommt am Ende an ?

-> Erfolgskontrolle !!!

Flyer , Hinweise, Broschüren , gibt es seit Jahren - immer dasselbe.
Geändert hat sich dadurch überhaupt nichts.

statistische Daten - allgemeinbildende Schulen (Klasse 1 bis 13)

	Jahr	Anzahl Schulen	Klassen	Lehrer	Schüler insg	neu eingeschult
NRW *)	06/07	6.310		149.290	2.256.639	
Bayern *)	05/06	4.104	63.758	83.401	1.472.439	
BaWü *)	05/06	3.819	51.410	ca. 95.000	1.212.992	ca. 110.000
Nieders *)	Sept 06	3.943		71.722	982.791	
Hessen *)	2006	1.878		46.619	694.535	
RLP *)	06/07	1702	19.782	34.563	482.946	
Berlin*)	06/07	801		27.437	339.663	24.208
Sachsen *)	06/07	1.521		31.684	321.472	31.411
SLH *)	02/03	1302	14.332	11.925	326.466	
Brandenb *)	06/07	905		20.112	233.604	20.958
SachsAnh*)	06/07				201.590	18.326
Hamburg *)	05/06	832	6.862		181.830	
Meckl.VP*)	2006	627		12.282	145.182	11.670
Saarland *)	05/06	314	4.821	ca. 7.500	114.339	
Bremen *)	2006		2.932	5.424	71.955	
BRD ca. gerundet		30.000	400.000	650.000	9.000.000	850.000

*) Quelle Statistische Landesämter

davon **Zielgruppe** für die Problematik schwere Schulranzen (nach meiner groben Schätzung)
ca. 55 - 60 % der Schüler (Klasse 1 bis 7) -> ca. 5.000.000 Schüler
ca. 70 % der Klassen -> ca. 280.000 Schulklassen
ca. 90 % der Lehrer -> ca. 580.000 Lehrer
ca. 90 % der Schulen -> ca. 27.000 Schulen

Man muss alle Schulen / alle Lehrer / alle Eltern / alle Schüler der betroffenen Klassen mit der Information und den Maßnahmen erreichen.

Ranzen-TÜV

Ranzenaktionen in 100 Schulklassen reichen nicht aus, wenn man z.B. in BaWü in der betroffenen Altersklasse - grob geschätzt - ca. 30.000 Klassen hat.

Publikationen / Flyer / Newsletter

Wie viel % der Eltern und Lehrer wird durch die Publikationen der Kultusministerien erreicht ?
(ich schätze , das liegt im einstelligen Bereich. In BaWü erfolgt die Info der Eltern über einen mehrseitigen Newsletter, den aber vermutlich nur ein sehr geringer Teil der Eltern abonniert)

Wie viele lesen die Berichte ?

Wie viele setzen die Information letztendlich um ?

Wie viele Eltern und Lehrer werden durch die Broschüren der Unfallkassen, Krankenkassen, ... erreicht ?

im Promillebereich ??

Diese Broschüren müssen i.d.R. speziell angefordert werden

Wie viele Millionen Familien haben wir in Deutschland, die das jährlich betrifft ?

Wie viel Tausende Lehrer ?

(Der Flyer der Unfallkassen, der sehr oft von den genannt wird, ist z.B. Stand April 2001, der dort abgebildete Ranzen ist ein Uraltmodell und scheint vor 30 Jahren modern gewesen zu sein. So groß scheint die Verbreitung der Infobroschüre also nicht zu sein) s. Links

Meiner Meinung nach wird die Wirksamkeit solcher Publikationen maßlos überschätzt.

Sie sind ein Mittel, um zu sensibilisieren - im Einzelfall, aber nicht in der Breite

Auch Internetauftritte, Newsletter, Hinweise in Zeitschriften bringen m.E. sehr wenig, was an Aktionen wirklich bei Schule und Schülern ankommt. Das sind alles Informationen mit Holschuld - nur die, die sowieso besonders daran interessiert sind, holen sich diese Informationen selbst.

Zu einem großen Artikel "Schulranzen sollen künftig leichter werden" auf der Baden-Württemberg-Seite mehrerer Tageszeitungen (Auflage ca. 150.000) wurde als weitere Informationsquelle www.schwereranzten.de angegeben.

Auf dieser Webseite erfolgten am Erscheinungstag des Artikels und am Folgetag weniger Aufrufe als die Tage zuvor. Die Zugriffe, die aufgrund des Artikels erfolgen, lassen sich an zwei Händen abzählen. Schon das Interesse, sich von sich aus näher zu dem Thema zu informieren, geht gegen Null.

Schulung von Lehrern zu diesem Thema / Aktionen in Schulen

wie viele Lehrer werden im Rahmen von Fortbildungsveranstaltungen aktiv geschult ?
wieviel % ?

An wie vielen Schulen / in wie vielen Klassen finden Aktionen statt ? wieviel % ?

Und jedes Jahr kommen neue Klassen (Einschulung) und neue Lehrer hinzu.

28.9.2007

Alle Bundesländer haben dieses Thema bisher vernachlässigt -
viel mehr als unverbindliche Hinweise gibt es nicht

dazu aus Antwortschreiben, in denen mir mitgeteilt wird, was sich an Initiativen/Maßnahmen in den Bundesländern so tut:

von Kultusministerien verschiedener Bundesländer, z.B. Bayern, NRW, Hamburg, Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen-Anhalt, Hessen, Hamburg

- die AOK bietet einen Schulranzen-TÜV
- die Unfallkasse informiert (Hinweis auf Flyer, der bei der Unfallkasse bestellt werden kann
- die Landesvereinigung Gesundheit e.V. unterstützt Aktivitäten zur Haltungsschulung, Bewegungsförderung, Schulranzenproblematik
 - Verlage wurden darauf hingewiesen, Gewicht möglichst gering zu halten – allerdings muss neben Gewicht auch die Haltbarkeit und übersichtliche Darstellung beachtet werden.
 - Lehrkräfte berücksichtigen das Gewicht der Schultasche bei der Organisation des Unterrichts (??)
- wir empfehlen, das Thema mit dem Klassenlehrer anzusprechen
- Schulranzen-TÜV an mehreren Schulen
- In Lehrer-Eltern-Gesprächen sollten Lösungswege gefunden werden
- In Fortbildungsveranstaltungen Gesundheitsfördernde Schule werden Lehrkräfte über die Gewichtsempfehlungen informiert.
- Hinweis auf Broschüren der Unfallkasse und der Krankenkassen.
- das Bildungsministerium ist seit Jahren an dieser Thematik interessiert und weist in vielen Fortbildungsveranstaltungen auf die Bedeutung der präventiven Arbeit in der Gesundheitserziehung unserer Kinder hin
- Aktion der Barmer EK und des Schulministeriums: an einer Grundschule wurden zum Schuljahresanfang Ranzen gewogen und mit dem Körpergewicht verglichen
- Kaum lösbare Fragestellung
- Leider finden sich gegen nahezu alle Vorschläge, die wir unseren Schulen auch schon mitgeteilt haben, irgendwelche Einwände.
- Bei unseren Projekten der "Bewegten Schule" und Anschub.de werden solche Fragen thematisiert.
- Ihrer Informations- und Beratungsarbeit weisen KuMi und ihre Dienststellen die Schulen auf die Problematik schwerer Ranzen hin. So wird im Rahmen des Internetauftritts „Gesundheitsförderung“ des Landesinstituts für Lehrerbildung und Schulentwicklung darin erinnert, dass Schulranzen nur 10 Prozent des Körpergewichts der Kinder wiegen sollten.
- Hinweis auf die von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung herausgegebene Publikation „gesund und munter_ Heft 10: Haltungsschäden vorbeugen“

Bundesgesundheitsministerium :

- Hinweis auf eine Broschüre der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung für Lehrerinnen und Lehrer – auf Anforderung
 - Im Rahmen von Elternabenden haben Eltern die Möglichkeit, auf Lehrer und Schulleitung einzuwirken
- Organisation des Schulwesens ist Ländersache , deshalb ist das BMG nicht zuständig

LINKS

Aktuelles

		Links
20.9.07	<p>Pressemitteilung SPD Bayern, Herr Pfaffmann MdL, bildungspolitischer Sprecher</p> <p>Brief von Herrn Pfaffmann, MdL, bildungspolitischer Sprecher der SPD-Fraktion im Bayerischen Landtag an den Kultusminister , Bayerisches Staatsministerium</p>	<p>Bayern SPD</p> <p>Brief an KuMi</p>
13.09.07	<p>Pressemitteilung Die Grünen BaWü</p>	<p>pdf</p>
10.09.07	<p>Antrag an den Landtag BaWü Drucksache 14/1700</p> <p>Renate Rastätter, schulpolitische Sprecherin der Grünen</p>	<p>Landtag</p>
06.09.07	<p>kleine Anfrage an den Landtag BaWü</p> <p>Katrin Altpeter, MdL, SPD</p> <p>Antwort des Kultusministeriums 25.9.2007</p> <p>Artikel in der Winnender Zeitung / Waiblinger Zeitung / Schorndorfer Nachrichten Welzheimer Zeitung, Stuttgarter Nachrichten 29.9.2007</p> <p>"Schulranzen sollen künftig leichter werden - Land reagiert auf Studie über Gesundheitsschäden "</p>	<p>Landtag</p> <p>Antw</p> <p>Artikel</p>
04.09.07	<p>Stgt Zeitung - erste Informationen zu Ergebnissen der Schulranzenstudie der Uni Tübingen , Kinderorthopädie</p>	<p>Link</p>
	<p>Die Saison der Pressemitteilungen zum Schuljahresbeginn hat begonnen</p> <p>alle mahnen und warnen</p> <p>04.7.2007 Gesundheitsministerium und AOK Saarland - Wochenspiegel Saarland - Haltungsschäden dürfen nicht in Kauf genommen werden -> 45 % der Ranzen zu schwer - 4. Klasse</p> <p>08.8.2007 AOK Schleswig Holstein kleine Grafik -> über 90 % der Ranzen zu schwer - Grundschule</p> <p>09.8.2007 Unfallkasse Thüringen</p> <p>10.8.2007 AOK Berlin</p>	

	<p>15.8.2007 AOK Hessen und BAG Haltungs-und Bewegungsförderung -> 65 % der Ranzen zu schwer – Grundschule</p> <p>23.8.2007 Pressemitteilung Bundesgesundheitsministerium wird in vielen Veröffentlichungen zitiert</p> <p>26.8.2007 Schulranzen-TÜV mit Bundesgesundheitsministerin Ulla Schmidt Tag der offenen Tür Uhr BMG Berlin</p> <p>23.8.2007 Bundesärztekammer</p> <p>19.9.2007 KuMi BaWü - aktuelle Publikationen für Schule und Lehrer - Infodienst Schule für Eltern - Infodienst Eltern</p>	
April/Mai 07	<p>Vorstellung der Ergebnisse der Tübinger Studie (Dr. P.Reize, CA Klinikum Stuttgart)</p> <p>- bei der Jahrestagung Kinderorthopädie 4./5. Mai 2007 Düsseldorf und beim</p> <p>- Kongress der Vereinigung Süddeutscher Orthopäden in Baden-Baden (26.-29.4.07)</p>	
27.06.2007	<p>Landtag Brandenburg - Fragestunde mündliche Anfrage- Abgeordnete Kerstin Kaiser</p> <p>Drucksache 4/4764 - Pos.1306</p> <p>(schriftliche Antwort liegt mir vor)</p>	Landtag Seite 8/9
21.06.2007	<p>Interview mit Gesundheitsministerin Ulla Schmidt zum Thema Prävention - auch hier kommen die schweren Ranzen zur Sprache - Frankfurter Rundschau</p>	klicken
06.08.2007	<p>Interview Westdeutsche Allgemeine</p>	klicken

06 / 2007	<p>Fa JAKO-O bringt neue Rucksacktrolleys auf den Markt</p> <p>Wiegeaktion der Fa Jako-o an einer Grundschule in Thüringen</p> <p>-> durchschnittl. 6 kg Ranzengewicht - Klasse 2 und 3 15 bis 35 % des Körpergewichts</p>	Rucksack-Trolleys internet
30.3.2007	<p>Anfrage an den Landtag in Hessen</p> <p>Landtagsabgeordnete Nancy Feser SPD Main-Taunus-Kreis</p> <p>Landtagsabgeordnete Heike Habermann, SPD, schulpolitische Sprecherin</p> <p>Landtagsabgeordneter Dr.Thomas Spies, gesundheitspolitischer Sprecher</p>	Nancy Faeser Heike Habermann KuMi Hessen
13.3.07	<p>Pressemitteilung Bayerisches Staatsministerium für Umwelt, Gesundheit und Verbraucherschutz (Gesundheitsstaatssekretär Otmar Bernhard)</p>	Link
03 / 2007	<p>Öko-Test -> Klage in Bayern ? / Interview mit Dr. Reize (Schulranzenstudie Tü)</p>	Öko Test
14.03.2007	<p>Unfallkasse Berlin</p>	Link

10 / 2006	An der Universität Tübingen (Kinderorthopädie) läuft zur Zeit eine klinische Studie zum Thema Rückenschmerzen bei Schulkindern. Dabei soll auch geklärt werden, ob sich das Gewicht der Schulranzen auf Rückenprobleme bei Schulkindern auswirkt. Erste Ergebnisse wurden schon vorgestellt (Okt. 2006)	Bericht SWR Studie Orth.Klinik Bericht Fokus (mit Kommentaren) 10/2006
Ende 2006	eine Aktion in Brandenburg Eisenhüttenstadt Albert-Schweitzer-Gymnasium doppelter Büchersatz	Link
2007	Jugend forscht - Beitrag Stefan George-Gymnasium Bingen	
2006	Jugend forscht - Rosenheim , Finsterwalder Gymnasium	Link
1995/1996	Jugend forscht , 7. Klasse - "Mathias schleppt zuviel"	Link (letzter Beitrag)

Broschüren speziell zum Problem Ranzengewicht

Broschüre BAG Haltung und Bewegung [Schulranzen-Ratgeber](#) [bestellen](#)

[Broschüre Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung - für Lehrer - Haltungsschäden vorbeugen](#)

[Broschüre der Gesetzlichen Unfallversicherung - Gesundheitsschutz für Schüler - Schulranzen](#)
(-> zu bestellen über [Unfallversicherung Schleswig Holstein](#) , größere Mengen auf Anfrage)

NEU !! endlich mal was für die Größeren - klasse gemacht - zum Herunterladen

Praxisbüro Gesunde Schule am Gesundheitsamt Freising (www.gesundeschule-fs.de) und AOK Freising

[2 neue Flyer - September 2007, speziell für Klasse 5 und 6](#)

Mit einem starken Rücken in die Zukunft

- Tipps für Lehrkräfte zum Thema schwere Schulranzen - vor allem für 5. und 6. Klassen
- Tipps für Eltern zum Thema schwere Schulranzen - vor allem für 5. und 6. Klassen

Ministerium für Gesundheit und Soziales Sachsen-Anhalt : [Schulranzen-Check](#)

Weitere Links

"Physiotherapeutischer Schulranzen" aus Norwegen, mit Brust- und Bauchgurt - Beckmanns Schulrucksack

zwar keine Lösung für das grundsätzliche Problem, aber vielleicht manchmal eine Alternative
physio-schulranzen.de

DGSP Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention

[Eine Diskussion mit falschem Schwerpunkt](#) aber auch hier gilt: 10 -12 % !!

(mein Kommentar:

vielleicht muss es eher heißen: Überschreitet der Ranzen 10 % des Körpergewichts nicht, trainiert das den Rücken???

Dann ist das Tragen auch gesund. Wie sieht es aber aus , wenn das Ranzengewicht 20 bis 30 % beträgt ? Gibt es dann

auch noch einen positiven Trainingseffekt oder schlägt es ins Gegenteil um ? Eine genauere Analyse wäre hilfreich, nicht nur so einfach pauschal .)

ZDFtivi - logo! Schulranzen-Check 2.3.2007

<http://www tivi.de/fernsehen/logo/artikel/17681/index.html>

Schulen in Offenbach - 23.01.2007 [Link](#)

Tag der Rückengesundheit 2007 [Link](#) 14.3.2007 / Bayrischer Rundfunk

mit Kommentaren :

http://www.focus.de/schule/eltern/wissen/gesundheit/schulkinder_nid_37702.htm //19.10.2006

http://www.focus.de/schule/gesundheit/medizin/schulranzen_nid_34338.html // 26.8.2006

-> 65 % der Ranzen zu schwer - Grundschule

Wiegeaktion - Rosenheim - Finsterwalder Gymnasium Januar 2006, **Bayern**

hier sind dem KuMi Bayern auch schon viele gute Vorschläge gemacht worden

(Quelle: <http://www.rund-um-rosenheim.de/schule.html>) / Jugend forscht

-> 6 bis 10 kg, 5., 6. und 7. Klasse

Ranzen-TÜV und Haltungsschulung 5. Klasse

-> 75% der Ranzen zu schwer ! 5.Klasse

Käthe-Kollwitz-Schule Minden , NRW

fast alle 5 bis 7 kg

<http://www.kaethe-kollwitz-schule.com/1-aktuell/ranzen-tuev/gesund.htm>

Wiegeaktion einer Schule in Leer 2006

-> fast alle Ranzen zu schwer ! 5./6.Klasse

tgg-leer.de/tgg/presseberichte/oz_2006-07-14.html

bis zu 12,8 kg

Schulranzen-TÜV Gymnasium Konz 2005 (Landesärztekammer Rheinland-Pfalz)

-> alle Ranzen zu schwer ! 5./6. Klasse

<http://www.gymnasium-konz.bildung-rp.de/wirinderpresse/schwerelasten.htm>

oft 7 kg und mehr

[kleine Diskussion , Mai 2006 , Forum Stadt München](#)

Schüler testen „USB-Ranzen“ // 5.Feb. 2007

Im Zuge eines einzigartigen Pilotprojekts ersetzt in einer norddeutschen Schule ab sofort ein USB-Stick die Schultasche und alle dazu gehörenden Utensilien. Jeden Freitag bringen die Schüler dazu ihren Stick anstelle des Ranzens, ihrer Bücher sowie von Zettel und Papier mit.

http://www.computerbase.de/news/allgemein/2007/februar/schueler_usb-ranzen/

BAG - Bundesarbeitsgemeinschaft für Haltungs- und Bewegungsförderung e.V.

<http://www.bag-haltungundbewegung.de/>

Trolleys

[Info zu Schulranzentrolleys / Ärzte und BAG](#) da muss jeder für sich abwägen

Verschiedene Modelle

[neuer Jakoo-Trolley von Deuter \(Herbst 2007\) - nicht nur für Grundschule](#) (hier finden sie auch

Elternmeinungen dazu)

[Tooney Trolley GO EASY](#)

[McNeill Trolley](#)

[Dunlop Rucksack Trolley ??](#)

[Delsey Trolley](#)

[TAKE IT EASY - schwarzer Schulrucksack mit integriertem Trolley](#) - gesehen Angebot

MüllerMarkt September 2007

([Liste Schulranzengewichte](#))

"Physiotherapeutischer Schulranzen" aus Norwegen physio-schulranzen.de

EXTRA-TIPP

Infoportal Gesunde Schule (neu , seit 28.März 2007)

<http://www.gesundeschule-fs.de/>

und hier auch eine spezielle [Seite zum Thema schwere Schulranzen](#)

Broschüren Schuljahresanfang

Broschüren und Info zum Schulanfang und zu schweren Ranzen gibt fast von allen Kultusministerien, '

von allen Krankenkassen (AOK, BKK IKK TK, ..) , von allen Unfallkassen (Berlin, Bayern, Hessen, ...) -

und überall steht : maximal 10 % . Doch die Realität sieht leider anders aus

http://www.kultus-mv.de/sites/bibo/broschueren/flyer_abcshuetzen_schulsport.pdf

<http://www.bildung.bremen.de/sfb/broschueren/schulanfang.pdf>

<http://www.jugendarzt.com/ranzen.html>

<http://www.unfallkasse-berlin.de/res.php?id=10108>

http://www.kultusministerium.baden-wuerttemberg.de/extsites/grundschule/grundschule-bw/saanw/downloads/Elterninfo_Schulanfang_2005.pdf

http://www.km-bw.de/servlet/PB/-s/zrt2dq13iox3t1sb1biv6a4b8w1wc4zu4/show/1185568/Elterninfo_Internet.pdf

Minsterien alle Bundesländer

[Gesundheitsministerien](#)

[Kultusministerien](#)

Landesregierungen

[Landtage](#)

Haftungshinweis:

Trotz sorgfältiger inhaltlicher Kontrolle übernehme ich keine Haftung für die Inhalte externer Links. Für den Inhalt der verlinkten Seiten sind ausschließlich deren Betreiber verantwortlich.

Meine private Ranzenwiegeaktion

Meine Kinder besuchen die 5. und 6. Klasse (Schuljahr 2006 / 2007), Gymnasium in Winnenden.
Als Datengrundlage haben wir alle Materialien, die von den Fachlehrern vorgeschrieben sind,
einzeln gewogen. ([Wiegezettel Klasse 6b](#))

Mathe	Gewicht in g	
Heft Din A 4	113	
Heft Din A 4	114	
Buch	657	
Schnellhefter	57	
Taschenrechner	100	1041

Dann habe ich anhand der Stundenpläne aller 5. und 6. Klassen die Ranzengewichte für jeden Tag ermittelt.

([Auswertung Stundenplan](#))

Für die Auswertung wurden der Einfachheit halber die Werte der 5b und der 6b auch für die Parallelklassen übernommen

Im Vergleich mit den Parallelklassen kann es je nach Fachlehrer zu leicht abweichenden Ergebnissen kommen

Die Auswertungen in diesem Report sind mit allen Materialien, so, wie die meisten Kinder ihre Ranzen packen müssen.

Ohne Bücher reduziert sich das Gewicht um bis zu 2 -3 kg / Tag

Für meine Kinder habe ich mittlerweile alle Bücher selbst gekauft. Ein Satz Bücher wird im Schließfach in der

Schule deponiert. Der Ranzen ist "bücherfrei". Auch ohne Bücher, nur mit Schulheften , Arbeitsheften und notwendigen Arbeitsmaterialien , überschreitet das Ranzengewicht noch die zulässigen 10 %.

Wiegezettel Schulranzen (2006 / 2007)

Name / Klasse 6b

	Gewicht in g	
	einzeln	Summe
Tasche	1485	
Mäppchen leer	182	
Mäppchen Inhalt	188	
Schlammäppchen leer	70	
Schlammäppchen Inhalt	114	
Hausaufgabenheft	109	
Sammelmappe	109	
Block liniert	100	
Block kariert		
Lineal		
Handy	87	
Schlüssel	71	
Geldbeutel / Fahrkarte	114	
Vesper		
Getränk	521	
		3150
Deutsch		
Arbeitsheft	337	
Buch	789	
Heft Din A 4	114	
Heft Din A 5	69	
Block		
Ordner		
Schnellhefter mit Blättern	94	
Schnellhefter 2	140	
		1543
Mathe		
Heft Din A 4	113	
Heft Din A 4	114	
Buch	657	
Schnellhefter	57	
Taschenrechner	100	1041
Englisch		
Heft Din A 4	115	
Heft Din A 4	115	
Vokabelheft Din A 5	95	
Arbeitsheft	287	
Buch	646	
Schnellhefter mit Blättern	107	
		1365
Französisch		
Heft Din A 4	119	
Heft Din A 4		
Vokabelheft Din A 4	224	
Arbeitsheft	317	
Grammatik	151	
Buch	646	
Schnellhefter mit Blättern	39	
		1496

	Gewicht in g	
	einzeln	Summe
Biologie		
Schnellhefter	42	
Buch	647	
Heft	110	
Block		
		799
Erdkunde		
Schnellhefter mit Blättern		
Buch	675	
Heft	137	
Arbeitsheft	97	909
Geschichte		
Schnellhefter	93	
Buch	650	
Heft		
Block		
		743
Religion		
Buch		
Heft	137	
		137
Musik		
Schnellhefter mit Blättern	79	
Notenheft	32	
		111
Naturphänomene		
Schnellhefter mit Blättern	53	
Block		
		53
ITG		
Schnellhefter mit Blättern		
Lerntechnik		
Schnellhefter mit Blättern		
Kunst		
Sport		
Tasche	750	
Kleidung	280	
Schuhe	480	
Handtuch	210	
Fön		
Duschgel klein	50	
Getränk		1770
Sonstiges		
Schirm		

Auswertung der Ranzengewichte von 4 Parallelklassen anhand der Stundenpläne und dem Materialgewicht (s.o.) je Fach.

Stundenplan 1. Halbjahr

	Mo				Di				Mi			
	6a	6b	6c	6d	6a	6b	6c	6d	6a	6b	6c	6d
1.	Re	D	EK	M	Mu	B	M	D	EK	M	F	F/E1
2.	Re	D	GE	EK	F	B	M	KL	EK	M	F	F/E1
3.	Sp	Sp	M	Ge	F	Ge	RE	BK	D	D	E	E/F2
4.	Sp	Sp	MU	Ge	E	Ge	RE	BK	D	D	E	E/F2
5.	B	E	D	D	M	F	B	Mu	E	KL	D	B
6.	B	E	E	E/F2	M	F	B	EK	E	Mu	D	B
7.		NP	F	F/E1	NP	BK			BK			NP
8.		NP	F	F/E1	NP	BK			BK			NP

Ranzengewicht

(Werte je Fach Klasse 6b)

Tasche, Mäppchen,												
	3150	3150	3150	3150	3150	3150	3150	3150	3150	3150	3150	3150
Unterrichtsmaterialien												
1.	137	1543	909	1041	111	799	1041	1543	909	1041	1496	1365
2.			743	909	1496							
3.	1770	1770	1041	743		743	137		1543	1543	1365	1496
4.			111		1365							
5.	800	1365	1543	1543	1041	1496	799		1365		1543	799
6.			1365	1496				909		111		
		53	1496	1365	53							53
Summe	5857	7881	10358	10247	7216	6188	5127	5602	6967	5845	7554	6863

Körpergewicht :	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30
Ranzen in % des Körpergewichts	20%	26%	35%	34%	24%	21%	17%	19%	23%	19%	25%	23%

Körpergewicht :	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35	35
Ranzen in % des Körpergewichts	17%	23%	30%	29%	21%	18%	15%	16%	20%	17%	22%	20%

Körpergewicht :	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40
Ranzen in % des Körpergewichts	15%	20%	26%	26%	18%	15%	13%	14%	17%	15%	19%	17%

Wer könnte etwas tun ? - Ideensammlung

Jeder optimiert aktuell in seinem Bereich

- stabile Schulbücher mit viel Lernstoff , interessant aufgemacht -
- Schulbuchverlage
- In der Hektik des Schulalltags scheint keine Zeit, Bücher in der Schulstunde auszuteilen
- Unterrichtszeit soll produktiv genutzt werden - Lehrer
- bis zu 5 Hefte pro Schulfach, dass auch alles ordentlich gegliedert ist
- Getränk und ein gesundes Pausenvesper - Eltern
- ergonomischer Ranzen für alle Gegebenheiten gerüstet - gut gemacht, aber schwer -
- Ranzenhersteller
- Bücher für 2 Jahrgänge , kostengünstig, gut für die knappen Kassen - Schulträger
- das Gesundheitsamt kommt seiner Informationspflicht nach:
Merkzettel an Eltern: : Kaufen sie für ihr Kind einen ergonomischen Schulrucksack,
aber das Ranzengewicht sollte 10 % des Körpergewichts nicht überschreiten
- zuständige Ministerien - halten sich heraus, lassen die Verantwortung den Schulen

und so geht das weiter - jeder denkt für sich, er hat seine Aufgabe gut gelöst

aber irgendwie scheint man die Kinder dabei zu vergessen, die mit den ganzen optimalen Lösungen der anderen

zurechtkommen müssen und doch maximal 4 kg auf dem Rücken haben sollten.

Das Gesamtergebnis rückt aus dem Blickpunkt, ist für die Kinder überhaupt nicht mehr optimal.

Man muss sich an den leichten Kindern orientieren. Auch für die muss das Ranzengewicht akzeptabel sein. Viele Kinder in den Klassen 5 und 6 wiegen zwischen 30 und 35 kg (manche noch weniger).

Ein optimales Ranzengewicht muss erreicht werden

- **für alle Kinder** -> man muss sich an den leichten Kindern orientieren
- **an allen Tagen** -> da hilft nur: Bücher müssen raus aus den Ranzen !!

Nur wenn alle an einem Strang ziehen, kann sich was ändern

Wer verhindern will, findet Gründe.

Wer gestalten will, findet Wege

ein wenig Statistik am Rande: in BaWü gab es im Schuljahr 2005/2006 insgesamt 719.417 Schüler in den Klassen 1 bis 6

(Quelle Statistisches Landesamt BaWü) . Wenn nur 10 % wirklich größere Problem mit einem schweren Schulranzen haben - das wären pro Schulklasse 3 Schüler - betrifft das immerhin über 70.000 Kinder in BaWü !!! Und wenn 1% gesundheitliche Schäden davon tragen, sind das pro Abschlussjahrgang ca. 1100 Kinder.

Für ganz Deutschland muss man die Werte ungefähr x10 nehmen

ein Schulkind benützt seinen Ranzen an ca. 180 Tagen im Jahr

Ideensammlung

Schulleitung

Das Problem ernst nehmen !!!

Doppelter Satz Bücher anschaffen (Unterstufe, ein Satz pro Klassenstufe, s.u.)
Die Lehrer anweisen, das Problem ernst zu nehmen
Schließfächer für alle (kostenlos oder Refinanzierung durch die Einnahmen)
Schließfächer müssen direkt vor den Klassenzimmern stehen
Schließfächer müssen auch vor der ersten Stunde zugänglich sein (abgeschlossene Gebäudeteile), um
die Bücher für den Unterricht in Fachräumen vorher holen zu können
Angebot der Schulleitung an Eltern von Leichtgewichtigen bzw. Kindern mit
Rückenproblemen , einen 2. Satz Bücher zu bekommen
Verantwortung für die (Rücken-) Gesundheit - in die Leitlinien aufnehmen
Information am Schwarzen Brett im Lehrerzimmer
Waage kaufen und bereitstellen für Lehrer und Schüler (digitale Küchenwaage ca. 20 €)

Die Schulen setzen sich aktuell mit dem Rauchverbot stark für den Gesundheitsschutz ein - ein populäres Thema, das auch öffentlichkeitswirksam genutzt wird. Überall in den Schulen sieht man Plakate hängen, überall gibt es Aktionen.

Die Rückengesundheit und Prävention bei den jüngeren Schüler muss mindestens die gleiche Priorität bekommen; hier ist die Schule eigentlich noch viel stärker in der Verantwortung, da sie Mitverursacher der schweren Ranzen ist.

Hier braucht man kein Verbot, hier braucht man Taten. Aber Verbieten ist eben einfacher.

Lehrer

Das Problem ernst nehmen !!!!
Erkennen, dass das hohe Gewicht vom Unterrichtsmaterial verursacht wird.
wiegen, was das Material für ihr Fach auf die Waage bringt , und es mit den anderen Fachlehrern vergleichen
Ab und zu mal einen Ranzen in die Hand nehmen !!!

sich bereit erklären, einen doppelten Satz Bücher im Unterricht zu verwenden, auch wenn das Austeilen und Einsammeln anfangs umständlich und zeitaufwendig erscheint (die Bücher könnten in einem Schließfach vor den Klassenzimmern deponiert sein oder im Fachraum gelagert werden; Schüler könnten selbst austeilen und einsammeln - Frage der Organisation

Überlegen, ob wirklich alles Unterrichtsmaterial, jedes Heft immer dabei sein muss
Braucht man einen linierten Block und einen karierten - oder tut´s auch ein kariertes Block für alle Fächer
Die Kinder immer darauf hinweisen, wenn ein Buch im Schließfach bleiben kann

Schnellhefter werden von Woche zu Woche schwerer !!!
- > mit den Schülern absprechen, was zuhause bleiben kann

nach Abschluss des Schuljahres 2006/2007 habe ich die Schnellhefter meiner Tochter, Klasse 5 gewogen .

Manche Lehrer setzen nur noch auf Schnellhefter und wollen keine Hefte mehr
Deutsch 800 g Erdkunde 453 g Biologie 464 g Naturphänomene 200g
d.h. manche Schnellhefter werden schwer wie Bücher ,
Diese vollen Schnellhefter schleppen die Kinder immer mit - die Lehrer wünschen das so

Jedes Gramm zählt

Information am Schwarzen Brett im Lehrerzimmer

Infoblatt

Sportunterricht

Sportunterricht sollte die Kinder an den Breitensport heranführen - Laufen , Nordic Walking, Inliner, Radfahren-

Übungsleiter

der Vereine einsetzen. Eine Stunde in der Schule (Pflicht), eine Stunde als "Hausaufgabe".

Das würde auch die Rückenmuskeln stärken. Die vielen Ausfälle bei den Sportstunden müssen nicht sein.

Das ungeliebte Geräteturnen kann entfallen. Übungen am Barren oder an den Ringen wie vor 40 Jahren

bringen nichts, das ist nur eine Plage für die meisten Kinder. Damit wird ihnen der Sport eher verleidet;

sie sollen aber doch Freude an der Bewegung bekommen. Beim Laufen und Nordic Walking kann jeder nach

seinem Leistungsstand mitmachen und auch Erfolge erleben.

Jede Sportstunde 10 Min Rückentraining / Bauchmuskeltraining. Solche Übungen müssen ganz bewußt über

eine längeren Zeitraum zur Gewohnheit werden. Die Kinder müssen lernen, welche Übungen für den Rücken

gut sind - nicht nur im Hinblick auf den Schulranzen.

Schüler

Bücher im Schließfach lassen

Bücher-Sharing - 2 Schüler teilen sich im Unterricht ein Buch -> funktioniert nur bedingt

keine dicken Schreibblocks, lieber einzelne leere Blätter im Schnellhefter

keine zusätzlichen Dinge im Ranzen

Kinder, beschwert euch - am besten direkt beim Kultusminister. Vielleicht helfen ganz viele Briefe.

Schickt eure Wiegezettel ans Ministerium.

Eltern

Das Problem ernst nehmen !!!

Ab und zu mal einen Ranzen in die Hand nehmen !!!

Ranzeninhalt prüfen

zusätzliche Bücher kaufen

Getränke im Schließfach deponieren

Ärztliches Attest besorgen

Elternbeirat finanzielle Unterstützung für Maßnahmen

Waage kaufen und bereitstellen (digitale Küchenwaage ca. 20 €)

regelmäßige differenzierte Ermittlung der Ranzengewichte - 2x pro Jahr - s.u., Wiegezettel

eine gemeinsame Aktion organisieren (Schule, Schulzentrum, alle Schulen der Stadt, Kreis, landesweit)

-> Kinder/Eltern schicken ihre "Wiegezettel" an das Kultusministerium mit der Bitte um Hilfe bei der Problemlösung.

Ranzenaktionen bei Schulfesten , Einschulung,

z.B. Ranzengewicht schätzen

Anschaffung einer Tafelwasseranlage / Trinkbrunnen

[wird grade an unserer Schule diskutiert](#)
[Info, Bild und weiterführende Links hier](#)

Anschaffungskosten ca. 5.000 €, laufende Kosten ca. 800 € / Jahr

finanziert über Elternbeirat, Förderverein, Spendenaufruf an Eltern

Sponsoren, Schulpatenschaft - Firmen fördern Fitness

[Trinx - Wasser für Schulen e.V.](#)

Förderverein finanzielle Unterstützung für Maßnahmen

SMV Ranzengewichte ermitteln und auswerten mit Wiegezettel
-> Aufgabe für die Klassensprecher
(s. unten, Überprüfung der Ranzengewichte)

Schülerpaten

Schulträger

Einkäufer der Schulbücher - Auf die Schulbuchverlage zugehen (s.u., Konzept Bücher überdenken)
keine Bücher für mehrere Jahre

Verantwortliche Ministerien von Ländern und Bund, Behörden bei Landkreisen und Kommunen

die Schulen und auch die Kinder alleine können diese Aufgabe nicht lösen.
Hilfe (und Druck) dazu ist "von oben" erforderlich.

z.B. Ideenwettbewerb ausschreiben

z.B. Pilotprojekte fördern und fordern

Denk-Modell Klassensatz Bücher im Fachraum oder Schließfach
Ein zusätzlicher Satz Bücher pro Klassenstufe und Fach wird angeschafft
(Schule, Elternbeirat, Förderverein, SMV, Sponsoren, ...)
Diese Bücher werden im Fachraum (Biologie, Erdkunde, Physik) oder
in einem günstig gelegenen Raum oder Schließfach in unmittelbarer
Nähe der Klassenzimmer für alle Fachlehrer zugänglich gelagert.
Zum Unterricht werden die Bücher verteilt und dann wieder eingesammelt
(Schüler dazu einteilen)

z.B. Das Konzept der Schulbücher überdenken (Genehmigungsverfahren)

Bücher könnte man aufteilen in kleinere Hefte (s.u.)

aber: Aufgeteilte Heftausgaben werden von den Kultusministerien z.Zt. nicht genehmigt. D.h.
sie dürfen von

den Schulen nicht gekauft und im Unterricht nicht benützt werden. Somit kann sie auch kein
Schulbuchverlag produzieren und anbieten.

-> mehr dazu hier: Antwortschreiben der

Schulbuchverlage

Klett, C.C.Buchners, Cornelsen

die Information, die ich von den Schulbuchverlagen bekommen habe , war nicht korrekt:
(wenigstens für BaWü):

In den Zulassungsvoraussetzungen BaWü (Stand März 2007, §5) steht:

"...Ist ein Lehrbuch für einen Bildungsstandard oder einen Lehrplan zu umfangreich, können
mehrere Teilbände

hergestellt werden, sofern ein verbindliches Konzept ..vorliegt. soweit im
Lehrmittelverzeichnis vorgesehen,

können anstatt eines Lehrbuchs auch Themenhefte zugelassen werden, die
zusammengenommen den

Anforderungen .. genügen müssen."

Zulassungslisten Schulbücher Baden-Württembe /

Schulbuchzulassung

-> in die Zulassungslisten sollte zusätzlich noch das Buchgewicht aufgeführt werden

!!

Tipp: bei der Internet-Buchhandlung www.buecher.de sind die Gewichte angegeben

z.B. halbjährliche Ermittlung des Gewichts der Unterrichtsmaterialien verbindlich vorschreiben - nachvollziehbar, objektiv, -> Vergleichsmöglichkeiten (s.u.)

Wiegezettel

Vieles lässt sich schon durch Organisation und Information verbessern.

Das Kultusministerium BaWü wird zum Schuljahresbeginn 2007/2008 in seinen Publikationen für Lehrer und Eltern das Thema schwere Ranzen aufgreifen. (Referat für Gesundheitsfragen / Referat Grundsatzfragen und Qualitätsmanagement an allgemeinbildenden Schulen / Öffentlichkeitsarbeit - Gespräch im KuMi in Stuttgart 24.Mai 2007)

Kreisverwaltung Ressort Schulen,
Kreisverwaltung Ressort Gesundheit Gesundheitsamt Schularzt

Kultusministerium / Regierungspräsidium

Kultusministerkonferenz

Kinderkommission des Bundestags [LINK](#)

"Kinder sind in unserer Gesellschaft besonders schwache und schutzwürdige Mitglieder. Sie können sich weder organisieren noch sonst ihre Bedürfnisse zur Geltung bringen. Sie sind vielmehr darauf angewiesen, dass Eltern und die politischen Gremien ihre Interessen berücksichtigen"

-> UN Kinderrechtskonvention

Sozialministerium / Gesundheitsministerium

Gesundheitsschutz: Für die Erwachsenen wird Gesundheitsschutz groß geschrieben. Bei den Kindern kümmert

sich keiner drum. Eigentlich müssten auf die Schulranzen Aufkleber - entsprechend den Zigaretenschachteln -

"Mehr Gewicht als 12 % des Körpergewichts schadet deiner Gesundheit". Dabei haben die Kinder nicht

mal die Wahl, wieviel sie schleppen müssen.

-

Schulranzen-Hersteller

Schulranzen sollten leichter sein
Zusätzlich eine leichte Variante der Produktserien anbieten
Warum gibt es nur ein Standardmodell für alle Schüler,
egal ob Klasse 5 oder 12,
egal ob 25 kg Körpergewicht oder 70 kg.

Warum muss eine Tasche für 2-4 kg Inhalt 1,5 kg wiegen ??

Brauchen Ranzen wirklich so viele Fächer ?

Für wieviel kg Inhalt sind die Taschen konzipiert ?

Wer orientiert sich da an der Richtlinie "Ranzengewicht max. 10 % des Körpergewichts" ?

Ein Schüler mit 25 kg Körpergewicht (Grundschule und Unterstufe weiterführender Schulen) kann in den 1,5 kg schweren Ranzen grade mal das Mäppchen (500g), Vesper (200g) und Getränk (500g) packen, dann sind die 10 % schon überschritten.

Auch die Sporttaschen der gängigen Produktserien sind oft überdimensioniert und könnten eigentlich etwas leichter sein (s. kleine leichte Variante von 4You).

Verbindliche Gewichtsangabe bei allen Ranzen, (Schul-)Sporttaschen,...
(DIN)

Rückmeldung von einem Ranzenhersteller

Bei Neuentwicklungen wird sorgfältig auf das Gewicht geachtet. Grundlegende Neuerungen sind in Arbeit.

Dennoch, der Beitrag, der von den Taschenherstellern zu erwarten ist, wird, wenn man die jetzt verlangte

Größe zugrundelegt, bei einem Taschengewicht von ca. 700-1100g enden.

Trolleys

scheinen auch keine absolute Lösung zu sein:

Beim Ziehen der Trolleys verdreht sich der Oberkörper / nachteilig für die Körperhaltung zu hohes Gewicht - Schulranzen mit integriertem Trolley mind. 2,5 kg (Auskunft Fa Sternjakob / 4you / Scout)

Rollen sind zu klein / Problem Bordsteine, Treppen, Bus

ansteckbare Räder an die Ranzen nicht möglich sind, weil die herausstehenden Achsen eine Verletzungsgefahr wären (Auskunft Fa Thorika - Take It easy, McNeill)

<http://www.arztscout.com/de/site/841/page/news/details.xml>

[Rucksack-Trolleys von Jakoo, Katalog 2007/2008](#) [internet](#)

Händler

Informationen über die Taschengewichte veröffentlichen, Info für den Kunden Waage bereitstellen

Stiftung Warentest , Öko-Test

ein Test bzw. vor allem Gewichtsvergleich auch für Ranzen der "größeren" Schüler

werden. Beim Test der Ranzen sollte generell das Gewicht bei der Bewertung mehr berücksichtigt

wichtiger als Denn das hat auch was mit der Gesundheit des Nutzers zu tun. Das ist eigentlich viel die Haltbarkeit von x Jahren.

Schulbuchverlage Bücher kann man aufteilen in kleinere Hefte unserer Schule

Gewicht der Bücher

z.B. Biologie (BSV Nautilus 1), dieses Buch ist für Klasse 5 und 6, wiegt 647 g, 256 Seiten, aufgeteilt in 7 Kapitel.

Das Kapitel Säugetiere beschäftigt die 5. Klasse das ganze erste Halbjahr. Dafür würde statt dem ganzen

Buch ein kleines Heft mit 50 Seiten ausreichen, Gewicht max. 150 g. 500 g werden ständig unnötig

hin- und hergeschleppt.

Die einzelnen Kapitel sind zwischen 25 und 50 Seiten lang, das wären Einzelhefte mit 100 bis 150 g.

Wenn der Fachlehrer ein Kapitel beendet hat, werden die Hefte eingesammelt und die nächsten verteilt

z.B. Deutschbuch 1 - Cornelsen - wiegt 818 g - auch da könnte man aufteilen und vielleicht die Hefte in

einem Schubert bereitstellen

Ringösenheftung

schwere Bücher mit Klettband teilen

Dazu kam vom Klett-Verlag diese Rückmeldung (5.3.07)

Zu Ihrem Vorschlag hinsichtlich Einzelheften statt Schulbüchern:

Von den jeweiligen Kultusministerien wird zwingend gefordert, dass die Gesamtheit des in einem Jahr zu lehrenden Stoffes des jeweiligen Faches in einem (einigen) Buch enthalten sein muss. Dies ist ein

unerlässliches Kriterium für die Zulassung eines Schulbuches.

-> mehr dazu hier: Antwortschreiben der Schulbuchverlage
Klett, C.C.Buchners, Cornelsen

Hier zeigt sich wieder : Begründungen in rauen Mengen - Verwaltung, Haltbarkeit, Preis. Aber dass sich die Kinder den Rücken kaputt machen, zählt nicht.

Warum muss der Stoff in einem einzigen Buch sein ? Auf die Antwort des Kultusministeriums bin ich sehr gespannt.

leider nicht viel Neues: [hier die Antwort](#)

Auszug aus Verordnung des KuMi über die Zulassung von Schulbüchern (BaWü, März 2007):

"§ 5 ...Ist ein Lehrbuch ... zu umfangreich, können mehrere Teilbände erstellt werden, sofern ein verbindliches Konzept vorliegt. soweit im Lernmittelverzeichnis vorgesehen, können anstatt eines Lehrbuches auch Themenhefte zugelassen werden, die zusammengenommen den Anforderungen des betreffenden Bildungsstandards oder Lehrplans genügen müssen. ...

Schulbücher müssen nach ihrer äußeren Beschaffenheit für einen mehrjährigen , in der Regel fünfjährigen Gebrauch geeignet sein."

zu den Begründungen der Schulbuchverlage:

- Haltbarkeit: kleinere Hefte werden z.B. nur 2-3 Monate pro Schuljahr , ganze Bücher aber 11 Monate (bzw 22 Monate bei Büchern für 2 Jahre); die Nutzungsdauer ist geringer, deshalb können die Anforderungen an die Haltbarkeit auch geringer sein.
- ökonomischer Aspekt / Distributionskosten
die Liefereinheit bleibt gleich, 1 Buch = 5 Einzelhefte im Pack

Die Schulbuchverlage sollten zusätzlich zur Seitenzahl auch das Gewicht angeben.

Tipp: bei der Internet-Buchhandlung www.buecher.de sind die Gewichte angegeben

VDS - Bildungsmedien e.V (Verband der Schulbuchverlage)

Zeppelinallee 33 , 60325 Frankfurt am Main , Geschäftsführer Herr Andreas Baer

Schulmöbel - Hersteller und Einkäufer

warum haben die viele Tische in den Klassenzimmern keine Ablagemöglichkeit mehr unter dem Tisch ?

eine Sparmaßnahme ? ein Ablagekorb kostet 7,80 € ; den kann man auch noch nachträglich anschrauben

Da könnte man die Schreibblöcke u.a. lagern (wenn schon nicht die Bücher offen gelagert werden sollen).

Sind die Ranzen so groß und standfest, weil sie als Ablage fungieren müssen ? Sind die Ranzen Möbelsatz ?

Sind geeignete Ablagemöglichkeiten auch für nicht so stabile Taschen /Ranzen da ?

Öffentlichkeitsarbeit, unterstützende Maßnahmen

Lehrerverband,
Fachzeitschriften für Lehrer
Landeselternbeirat

Bundeselternbeirat
Arbeitsgemeinschaften der Elternvertreter
z.B. ARGE Arbeitsgemeinschaft gymnasialer Eltern BaWü <http://www.arge-bawue.de/>

Landeselternschaft der Realschulen

-

Krankenkassen

Die Krankenkassen sind kompetente Ansprechpartner für Veranstaltungen für Schüler, Eltern und Lehrer

z.B.
Rückenfit-Stunden für die Kinder / Ranzen-Check /Haltungsschulung
Information : wie muss der Ranzen getragen werden
Vortrag beim Elternabend / Information für die Eltern

und
(eigentlich müssten von der 1. bis zur 7. (?) Klasse jedes Schuljahr einmal eine solche "Haltungsschulungen" für die Kinder stattfinden - Richtiges Tragen sollte von Anfang an trainiert zu einer Selbstverständlichkeit werden)

Sprechen Sie die Krankenkassen vor Ort an (AOK, Barmer, TK, ...)
Die Angebote für Schulen sind i.d.R. kostenlos

Für die gesetzlichen Krankenkassen ist im **§ 20 SGB V geregelt ist, dass Kassen präventiv tätig werden müssen**

Die Kassen haben auch extra Präventionsbeauftragte

Außerdem gibt es auch spezielle Programme/Initiativen

z.B. TK Techniker Krankenkasse

"Gesunde Schule" - hier werden Projekte zur Gesundheitsförderung auch finanziell gefördert

http://www.tk-online.de/centaurus/generator/tk-online.de/dossiers/gesunde_schule/gesunde_schule_navi.html

www.rueckhalt-fuer-deutschland.de

www.tk-online.de

Kundenzeitschriften der Krankenkassen

Gesetzliche Unfallversicherung

Unfallversicherungsträger

Kinderärzte , Hausärzte

Physiotherapeuten

Aushang im Wartezimmer -> **Infoblatt**
Info-Mappe im Wartezimmer -> **Info gesamt**

Ärzteverbände, Berufsverband Kinderärzte, Berufsverband Physiotherapeuten

Fachzeitschriften für Kinderärzte , Hausärzte, Orthopäden, Physiotherapeuten

Tagespresse

Zeitschriften für Eltern

Kinderkanal KIKA logo!

<http://www tivi.de/fernsehen/logo/artikel/17681/index.html>

regio-tv

-

www.Anschub.de

die „Allianz für nachhaltige Schulgesundheit und Bildung in Deutschland“ ist ein von der Bertelsmann Stiftung initiiertes nationales Programm zur schulischen

Gesundheitsförderung.

Gesundheit

Anschub.de!

Übergeordnetes Ziel von Anschub.de ist es, die Schul- und Bildungsqualität durch nachhaltig zu verbessern. Dabei ist die [gute gesunde Schule](#) Kerngedanke von

„ Ziel ist, dass Gesundheit zentraler Bestandteil des schulischen Alltags wird“
Gesundheit von Schülern und Lehrern

spielen.

„Gesundheitsförderung und Prävention sollten in allen Lebensräumen eine zentrale Rolle

selbstverständlicher

Um ein gesundes Aufwachsen der Kinder zu gewährleisten, muss Gesundheit Teil von Schule sein.“

Doppelstunden / Pro und Kontra

Doppelstunden machen den Ranzen leichter - ohne Frage

Das Doppelstundenmodell an unsere Schule ist eine große Hilfe für leichtere Ranzen.

Da aber die Fächer jetzt an wenigen Tagen dran sind, sind auch immer Hausaufgaben zu machen. Also werden alle Bücher auch zuhause gebraucht und können nicht im Fach in der Schule bleiben. Auch sind Doppelstunden nicht immer die beste Lösung, da der Wiederholungseffekt fürs das Lernen geringer wird.

Außerdem sollte keine absolute Abhängigkeit zwischen Doppelstundenmodell und leichten Ranzen entstehen.

Die Erstellung der Stundenpläne für eine gesamte Schule ist keine einfache Aufgabe.

[Überprüfung der Ranzengewichte - alle Materialien einzeln - 2 x pro Jahr Herunterladen](#)

[-> Wiegezettel zum](#)

meist kommt man nur weiter, wenn man konkrete nachvollziehbare Daten vorliegen hat. Deshalb wäre es gut, für jede Schule eigene Daten zu ermitteln, in denen sich die Beteiligten wiederfinden - mindestens 1 mal pro Schulhalbjahr zu machen, da der Stundenplan sich auch ändert, im Laufe des Schuljahres manches Material dazukommt (Zirkel, ..) und die Schnellhefter und Sammelmappen sich füllen.

[-> Wiegezettel](#)

[-> Auswertung Stundenplan](#)

Das Ergebnis sollte am Schwarzen Brett für Schüler und Lehrer ausgehängt werden. Vergleich zwischen den Klassen wären möglich - auch zwischen den Lehrern selbst.

Sinnvoll dazu wäre auch eine Statistik über das Körpergewichts der Schüler (einmalig) (25 - 30 kg / 30 - 35 kg / 35 - 40 kg / über 40 kg), absolute Zahlen oder Anteil %

Durchführen könnte das

- **SMV** - die **Klassensprecher der unteren Klassen** könnten das übernehmen - wäre doch eine schöne Aktion.

Auswerten könnten die älteren Schüler.

- die Klassenlehrer mit der Klasse zusammen
- die Fachlehrer selbst
- die Elternvertreter

Zeitaufwand für das Wiegen ca. 1 Stunde

Anstoßen könnte die Aktion

- Schulleitung
- Schulbehörden
- Elternbeirat

Eigentlich bekommt man die Ranzen nur auf das optimale Gewicht, wenn keine Bücher mitgeschleppt werden müssen. Deshalb :

Denk-Modell Bücherverleih

Zusätzliche Bücher werden angeschafft (Schule, Elternbeirat, Förderverein)

Gegen einen Beitrag von 5 Euro pro Schuljahr und Buch werden sie an die Schüler ausgeliehen

Nach 4 Jahren sind die Bücher die refinanziert. Vor allem interessant für Bücher der Hauptfächer

Jeder Schüler muss dann ein Schließfach in der Schule haben

DAS KÖNNTE DOCH OHNE GRÖßERE PROBLEME FUNKTIONEREN :

Denk-Modell Klassensatz Bücher im Fachraum oder Schließfach

Ein zusätzlicher Satz Bücher pro Klassenstufe und Fach wird angeschafft

(Schule, Elternbeirat, Förderverein, SMV, Sponsoren, Förderung von Pilotprojekt, Eltern...)

Diese Bücher werden im Fachraum (Biologie, Erdkunde, Physik) oder

in einem günstig gelegenen Raum oder Schließfach in unmittelbarer

Nähe der Klassenzimmer für alle Fachlehrer zugänglich gelagert.

Zum Unterricht werden die Bücher verteilt und dann wieder eingesammelt

(Schüler dazu einteilen).

Um zu vermeiden, dass Schüler die Präsenzexemplare versehentlich mit nach Hause nehmen,

könnte man sie bunt einbinden.

Die Bücher könnten auch in etwas größeren und höheren abschließbaren Schränken / Spinden gelagert werden ,

direkt in kleinen Bücher-Trolleys.

Ein weiter Vorteil bei diesem zusätzlichen Büchersatz wäre auch noch, dass die Bücher

gut erhalten bleiben. Hier wäre sogar Einsparungen zu erwarten , da keine Ersatzbeschaffungen

mehr notwendig sind. Bücher, die jetzt 3 oder 4 Jahre in Gebrauch sind, sehen manchmal wirklich schlimm aus.

Beispiel: Kosten für Kauf eines zusätzlichen Büchersatzes , Klasse 5

	Preis	Klassensatz 30 Exemplare	pro Jahr (5 J Nutzung)	pro Schüler und Jahr bei 4 Klassen mit jeweils 30 Schülern
English G 2000 Cornelsen	19,50 €	585,00 €	117,00 €	0,98 €
M Lambacher Schweizer	19,50 €	585,00 €	117,00 €	0,98 €
Deutschbuch Cornelsen	23,25 €	697,50 €	139,50 €	1,16 €
Erdkunde (Terra GWG)	20,00 €	600,00 €	120,00 €	1,00 €
Biologie Nautilus BSV (2J)	22,80 €	684,00 €	136,80 €	1,14 €
		3.151,50 €	630,30 €	5,25 €

Die Klassenzimmer einer Klassenstufe sollten dann alle nebeneinander auf einem Flur sein !

-> bei der Raumverteilung beachten

Diese Kosten könnten auch von den Eltern getragen werden - 6 Euro pro Schuljahr und Kinde, aber dafür keine Bücher mehr schleppen - das wäre es sicher allen wert !

Ein optimales Ranzengewicht muss erreicht werden

- **für alle Kinder** -> man muss sich an den leichten Kindern orientieren
- **an allen Tagen** -> da hilft nur: Bücher müssen raus aus den Ranzen !!

deshalb: Lösungsvorschlag Doppelte Büchersätze

Das Problem ist nicht die Finanzierung, sondern die Bereitschaft der Lehrer, dies intern zu organisieren. Wir brauchen innovative Schulen, die es ausprobieren.

Doppelte Bücher können

- für jede Klasse bzw. jeden Schüler angeschafft werden -> relativ teuer
oder
- ein zweiter Büchersatz gemeinsam für alle Klassen einer Klassenstufe (insbes. ab Klasse 5)
-> diese Lösung kann mit vertretbarem finanziellen Aufwand realisiert werden !

-

Prinzip:

Ein zusätzlicher Satz Bücher pro Klassenstufe und Fach wird angeschafft
Diese Bücher werden im Fachraum oder in einem günstig gelegenen Raum oder Schließfach in unmittelbarer Nähe der Klassenzimmer für alle Klassen bzw. Lehrer zugänglich gelagert.
Zum Unterricht werden die Bücher verteilt und dann wieder eingesammelt

dazu braucht man

- einen Satz Bücher je Klassenstufe (z.B. für 4 Klassen)
- ein für alle diese Klassen zugänglichen Lagerplatz für die Bücher: Regal im Fachraum, Schließfach / Spind vor den Klassenzimmern, in Fachräumen oder einem günstig gelegener Raum
- zum Lagern der Bücher bzw. Transport zwischen den Klassenzimmern: Ranzen-Trolleys, Pilotkoffer-Trolleys, Kisten-Transport-Trolleys (Kosten ab 20 € pro Stück).

Musterrechnung Kosten

Annahme: 4 Parallelklassen je Klassenstufe nutzen jeweils diese Bücher , d.h. bei einer Klassenstärke von 30 Schülern je Klasse wären das für 5., 6. und 7. Klasse 360 Schüler, denen die Bücher pro Schuljahr zugute kommen.

Ein Büchersatz (30 Bücher) kostet ca. 500 bis 600 Euro, Nutzungsdauer mind. 5 Jahre , 120 Schüler je Stufe

Klasse 5	5 Bücher: D, E, M, B, EK	ca. 3.000 €	pro Schuljahr 600 €	pro Schüler 5,00 €
Klasse 6	7 Bücher D, E, M, B, EK, F, Ge	ca. 4.000 €	pro Schuljahr 800 €	pro Schüler 6,70 €
Klasse 7	8 Bücher D, E, M, B, EK, F, Ge, Ph	ca. 4.500 €	pro Schuljahr 900 €	pro Schübr 7,50 €

um für Klasse 5 , 6 und 7 einen doppelten Büchersatz zu haben, benötigt man pro Jahr 2.300 Euro
Kosten 2.300 Euro je Schuljahr, 360 Schüler, -> pro Schüler und Schuljahr reichen 6,50 Euro aus , um den Ranzen bücherfrei zu bekommen.

Ein weiter Vorteil bei diesem zusätzlichen Büchersatz wäre auch noch, dass die Bücher gut erhalten bleiben. Hier wäre sogar Einsparungen zu erwarten , da keine Ersatzbeschaffungen mehr notwendig sind. Bücher, die jetzt 3 oder 4 Jahre in Gebrauch sind, sehen manchmal wirklich schlimm aus.

Außerdem einmalige Anschaffung von Trolleys und Spinden

Finanzierung

Förderverein, Elternbeiratskasse, Schulfeste, Schuletat, Sponsoren, Fördermittel für Pilotprojekte, Einnahmen aus Schließfachvermietung,

Diese Kosten könnten auch von den Eltern getragen werden - 6 Euro pro Schuljahr und Kind, aber dafür keine Bücher mehr schleppen - das wäre es sicher allen wert !

(in vielen Schulen zahlen die Eltern pro Schuljahr 20 Euro und mehr für Schließfächer, die das Problem entschärfen, aber nicht lösen. Ein doppelter Büchersatz wäre die bessere Lösung)

Das wahre Problem: interne Organisation

Das Ganze scheitert aktuell nicht an den finanziellen Mitteln , sondern daran, dass die Lehrer/Schulleitung nicht ohne Weiteres bereit sind, etwas Neues zu organisieren. Das System ist zu träge.

Denn:

Die Bücher müssen zu Beginn der Schulstunde ausgeteilt und am Ende wieder eingesammelt werden

Argument der Lehrer: "**dazu habe ich keine Zeit**".

Aber die Schulleitung könnte dies festlegen und die Lehrer anweisen.

Braucht man wirklich so viel Zeit dazu ?

Man muss verschiedene organisatorische Lösungen ausprobieren.

Ist uns die Lösung eines scheinbar unlösbaren Problems nicht zwei Minuten wert ?

Wie viel Zeit wird mit ständigen Diskussionen darüber verschwendet ?

Es muss auch nicht der Lehrer selbst die Bücher verteilen; die Schüler selbst könnten das tun
-> wechselnder Bücherdienst , je Bankreihe, je Tischgruppe, ...

Bisher funktioniert es doch auch schon in manchen Fällen, z.B. bei Atlanten und Bibeln. Warum also nicht auch bei anderen Büchern ?

Raumverteilung

da die Bücher von mehreren Klassen genutzt werden, sollten die Klassenzimmer einer Klassenstufe möglichst alle nebeneinander auf einem Flur sein !
-> bei der Raumverteilung beachten

Überscheidungen beim Stundenplan:

Es ist nicht einfach, den Stundenplan für eine ganze Schule zu erstellen. Deshalb kann es immer mal wieder zu von Fächern bei den Parallelklassen kommen. Wenn nur ein Büchersatz vorhanden ist , muss eine Klasse Bücher von zuhause mitbringen. die kann aber von vornherein so abgesprochen werden. Man muss die Stundenpläne anschauen, welche Klasse an diesem Tag am wenigsten belastet ist.

Eine 100%-Lösung wird man nicht erreichen. Aber eine 80%-Lösung wäre schon ein Riesenerfolg.

Stundenplanänderung:

einen Vorteil könnte es auch bei kurzfristigen Stundenplanänderungen geben: ein Büchersatz wäre ggf. in der Schule verfügbar

ALL DIES LÄSST SICH ORGANISATORISCH REGELN !!!

Wir brauchen Pilotschulen, die es ausprobieren !!

Wir brauchen einen Ideenwettbewerb !!

Wo ist das Land der Ideen ?

anderes Modell: Verleih zusätzlicher Bücher gegen Gebühr

Zusätzliche Bücher werden angeschafft (Schule, Elternbeirat, Förderverein)

Gegen einen Beitrag von 5 Euro pro Schuljahr und Buch werden sie an die Schüler ausgeliehen
Nach 4 Jahren sind die Bücher die refinanziert. Vor allem interessant für Bücher der Hauptfächer
Jeder Schüler muss dann ein Schließfach in der Schule haben

auch eine Möglichkeit:

Fachraumsystem - Lehrerraumprinzip

Die Lehrer haben einen festen Raum in dem sie unterrichten, die Schülerinnen und Schüler wechseln den Raum nach (fast) jeder Unterrichtsstunde. Dort hat der Lehrer alle Unterrichtsmaterialien, Klassensätze mit den entsprechenden Fachbüchern, Freiarbeitsmaterialien, Wörterbücher etc.

Als ich das erste Mal von einem Fachraumsystem / Lehrerraumprinzip hörte, war ich etwas irritiert:

man kann den Schülern doch nicht das Klassenzimmer wegnehmen, war mein erster Gedanke.

Aber bei näherem Hinsehen hat dieses Prinzip einen gewissen Charme.

Wenn ich den Stundenplan meiner Kinder anschaue, sind die Schüler doch auch jetzt ständig auf Wanderschaft.

Und es gibt anscheinend viele Vorteile für Schüler, Lehrer, Unterricht und Schulumfeld. Es ist eine Überlegung wert.

Mail von Frau Kemper, Lehrerin aus NRW, 12.5.2007

....

Dass es auch anders geht, zeigt das System an meiner eigenen Schule, einer Realschule in NRW. Wir haben das sogenannte "**Fachraumsystem**", bei dem jeder Lehrer - soweit es räumlich irgendwie geht - seinen eigenen Raum hat, in dem er Unterrichtsmaterialien, Klassensätze mit den entsprechenden Fachbüchern, Freiarbeitsmaterialien, Wörterbücher etc. hat. Die Kinder bekommen am Anfang des Schuljahres ihre Bücher mit nach Hause, wo sie auch für den Rest des Schuljahres bleiben. Für den Unterricht gibt es ja in den Klassenräumen die Klassensätze mit den jeweils benötigten Büchern, die dann verteilt werden.

Die höheren Anschaffungskosten haben sich schon lange rentiert, da die Bücher viel länger halten. Der einzige "Wermutstropfen": Die Kinder müssen in den Pausen die Räume wechseln, was aber reibungslos klappt und den Vorteil hat, dass sie auf Grund des Zeitmangels gar nicht auf die Idee kommen, sich zu prügeln oder etwas kaputt zu machen. Die Kinder haben durch unser System sehr leichte Schulranzen .

Man muss sich so ein System sicherlich erst einmal gründlich durch den Kopf gehen lassen, weil es etwas anders ist (nicht die Lehrer, sondern die Kinder wechseln die Räume), aber ich kann Ihnen nach mittlerweile neun Jahren Erfahrung mit dem Fachraumsystem aus vollem Herzen nur dazu raten.

Mail vom 19.5.2007

Das 'Problem' Klassenzimmer als Zuhause für eine Klasse ist ebenfalls sehr einfach zu lösen: Ich habe eine Klasse 5 und mein Raum ist dann auch ihr Klassenzimmer.

Es gibt sicherlich auch Probleme bei der Realisierung des Fachraumsystems, so etwa ist unsere Schule viel zu klein, so dass nicht jeder Kollege einen Fachraum haben kann. Die Klassenlehrer haben aber auf jeden Fall einen Fachraum, als Zuhause für ihre Klasse eben. Einzelne Kollegen müssen dann schon mal 'wandern', aber der Großteil hat seinen eigenen Fachraum, was außer den leichteren Ranzen für die Kinder den Vorteil hat, dass man als Lehrer die für den Unterricht

benötigten Materialien in seinem Raum lagern kann. So hat man dann auch sehr viel mehr Material zur Verfügung, als wenn man immer zusammensuchen und anschleppen muss. Auch Vertretungsstunden sind so leichter zu bewältigen, da man schnell Unterrichtsmaterialien, auch für Klassen, die man gerade nicht hat, zur Verfügung hat und die Kinder ihre Zeit nicht einfach absitzen.

Wir haben übrigens das Fachraumsystem nicht erfunden, sondern von der Fritjof-Nansen-Realschule in Gronau/NRW übernommen. Diese Schule praktiziert es schon viel länger als wir. Um dieses System an etablierten Schulen zu starten, ist natürlich ein Anfreunden und Umdenken seitens der Schulleitung und des Kollegiums erforderlich. Ich fand den Gedanken auch zuerst sehr komisch und gewöhnungsbedürftig, aber wenn man es erst einmal begriffen hat, wie es funktioniert, kann man eigentlich nur felsenfest davon überzeugt sein. Es verlangt sicherlich anfangs viel ungewohnte Organisation, und vielleicht gibt es auch Schulen, an denen das nicht zu bewältigen ist, aber ich denke, dass es an den meisten Schulen wohl zu schaffen ist. Vorteile hat das Fachraumsystem mehr als genug.

Viele Grüße
Ruth Kemper

Mails von Herrn Kammler, Elternbeiratsvorsitzender einer Realschule in Lemgo.
(Er sammelt aktuell Infos zum Lehrerraumprinzip und möchte dieses System gerne in seiner Schule einführen)

30.3.2007

An Realschulen in NRW (Herford, Blomberg und Horn) wird bereits seit einigen Monaten das Lehrer-Raum-Prinzip getestet (zwei Lehrer sind für einen Raum zuständig) ; durchweg gute Erfahrungen.

Wenn für die Kinder ausreichend große Spinde für Jacke, Turnbeutel usw. zur Verfügung stehen, dann macht ihnen der Raumwechsel nichts aus.

Die Kinder toben nicht unbeaufsichtigt in den 5 min Pausen, haben durch die häufigen Raumwechsel Bewegung, die Klassenräume sind sauberer und schöner geworden (Bilder an der Wand), die Lehrer fühlen sich für die Räume zuständig

16.05.2007

Am vergangenen Donnerstag habe ich im Rahmen eines Bezirksgruppentreffens der Landeselternschaft (LERS)

die Geschwister-Scholl- Realschule in Herford besucht. Hauptthema war das dort seit einem Jahr praktizierte Lehrerraumprinzip.

Der Konrektor berichtete ausführlich über das neue System:

Alle Lehrkräfte sind mit dem neuen System sehr zufrieden, keiner möchte zum alten System zurück. Die Qualität des Unterrichts hat sich deutlich verbessert.

1.

Der Unterricht beginnt pünktlich und entspannt, weil die Lehrkräfte nicht mehr vollgepackt mit Büchern und Medien durch das Schulgebäude hetzen müssen. Projektoren, Videorekorder usw. müssen nicht mehr hin- und hergefahren werden, die Lehrkräfte kennen sich mit den Geräten in ihrem Raum aus.

2.

Es entsteht eine fachanregende Lernatmosphäre,
wenn der Raum mit passenden Farben, Karten, Bildern, Kunstwerken usw.
ausgestattet ist.

3.
Die elektronischen Medien funktionieren fast immer,
weil sich jeder Lehrer um die Geräte in seinem Raum kümmert.

4.
Das Ranzengewicht wird deutlich reduziert,
weil Klassensätze mit Fachbüchern in den Räumen vorhanden sind .

5. Die Schüler haben mehr Bewegung,
weil sie nach jeder Unterrichtsstunde den Raum wechseln müssen.

6.
Unfälle, Diebstähle und Zerstörungen sind deutlich zurückgegangen,
weil die Kinder in den 5-Minuten Pausen nicht ohne Aufsicht in einem Raum sind.

7. Die Klassen sind deutlich sauberer geworden.

Er berichtete weiterhin, dass die "Wanderbewegungen" der Schüler völlig
problemlos verlaufen, auch die Fünftklässer hatten keine Startschwierigkeiten.
Teilweise sehen die Schüler den Raum des Klassenlehrers als "ihren Raum" an.

Die Schüler können einen Aufbewahrungsschrank mieten.

Für die Raumvergabe wurde im Lehrerzimmer ein Gebäudeplan ausgehängt,
in den die Lehrer ihren Wunschraum eintragen konnten, auch dabei gab es keine
Schwierigkeiten.

Einige Lehrer haben sich in Eigeninitiative um einen Neuanstrich ihres Raumes oder
die Beschaffung von geeigneten Möbeln (teilweise aus privaten Beständen)
gekümmert.

Fazit: Kleine Änderung, große Wirkung

Links zum Thema Fachraumsystem:

Realschule Nottuln - Probelauf für Fachraumsystem Schuljahr 2006/2007

<http://www.liebfrauenschule-rs-nottuln.de/themen/schulprofil/fachraumsystem/fachraumsystem.php>

Realschule Haag, Bayern

http://rs-haag.de/ak_joomla/index.php?option=com_content&task=view&id=34&Itemid=48

die Schüler scheinen anfangs noch nicht so begeistert zu sein :

<http://www.realschule-meschede.de/Lehrerraumprinzip.htm>

Aktion Ranzengewicht

Name _____ Klasse _____

Stundenplan _____ Datum _____

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
1.					
2.					
3.					
4.					
5.					
6.					
7.					
8.					
9.					
10.					

Ranzengewicht

Tasche, Mäppchen,					
Unterrichtsmaterialien					
Summe					

Körpergewicht :					
Ranzen in % des Körpergewichts					

Empfohlener Wert : 10 - 12 %

Wiegezettel Schulranzen

Name / Klasse

	Gewicht in g	
	einzel	Summe
Tasche		
Mäppchen leer		
Mäppchen Inhalt		
Schlappermäppchen leer		
Schlappermäppchen Inhalt		
Hausaufgabenheft		
Sammelmappe		
Block liniert		
Block kariert		
Lineal		
Handy		
Schlüssel		
Geldbeutel / Fahrkarte		
Vesper		
Getränk		
Deutsch		
Arbeitsheft		
Buch		
Heft Din A 4		
Heft Din A 5		
Block		
Oedner		
Schnellhefter mit Blättern		
Schnellhefter 2		
Mathe		
Heft Din A 4		
Heft Din A 4		
Buch		
Schnellhefter		
Taschenrechner		
Englisch		
Heft Din A 4		
Heft Din A 4		
Vokabelheft Din A 5		
Arbeitsheft		
Buch		
Schnellhefter mit Blättern		
Französisch		
Heft Din A 4		
Heft Din A 4		
Vokabelheft Din A 4		
Arbeitsheft		
Grammatik		
Buch		
Schnellhefter mit Blättern		

	Gewicht in g	
	einzel	Summe
Biologie		
Schnellhefter		
Buch		
Heft		
Block		
Erdkunde		
Schnellhefter mit Blättern		
Buch		
Heft		
Geschichte		
Schnellhefter		
Buch		
Heft		
Block		
Religion		
Buch		
Heft		
Musik		
Schnellhefter mit Blättern		
Notenheft		
Naturphänomene		
Schnellhefter mit Blättern		
Block		
ITG		
Schnellhefter mit Blättern		
Lerntechnik		
Schnellhefter mit Blättern		
Kunst		
Sport		
Tasche		
Kleidung		
Schuhe		
Handtuch		
Fön		
Duschgel klein		
Getränk		
Sonstiges		
Schirm		

Schwere Schulranzen – Info für Lehrer, Schüler und Eltern

Die Ranzen der Schüler insbesondere in den Klassen 5 und 6 sind oft sehr schwer. Eigentlich sollte das Gewicht der Ranzen ca. 10 bis 12 % des Körpergewichts nicht überschreiten. Ab 15 % können schon gesundheitliche Probleme bzw. bleibende Schäden auftreten. Darauf weisen Gesundheitsministerium, Krankenkassen und Unfallversicherer immer wieder hin. Viele der Kinder wiegen 30 – 35 kg, also wären Ranzengewichte von 3,5 kg das Maximum. Die Ranzen haben aber oft 7-8 kg, gelegentlich bis zu 10 kg. Anzustreben ist ein Ranzengewicht von maximal 4 kg, denn auch für die leichten Kinder muss der Ranzen akzeptabel sein. Das Eigengewicht des Ranzens beträgt ca. 1-1,5 kg. Grundausrüstung (Mäppchen etc), Pausenbrot und Getränk ergeben auch ca. 1,5 kg. Damit ist man ohne Material für die einzelnen Fächer schon bei 2,5 bis 3 kg. Die Bücher wiegen jedes 600 bis 900 g. Auch bei den Heften und Schnellheftern kommt einiges an Gewicht zusammen. Schon kleine organisatorische Maßnahmen können helfen, das Problem zu entschärfen. (Weitere Infos auch unter www.schwereranzten.de)

Was kann man kurzfristig dagegen tun?

Schule und Lehrer

Nehmen sie das Problem ernst. Nehmen sie ab und zu einen Ranzen in die Hand. Was lässt sich beim Unterrichtsmaterial einsparen? Was braucht man im Unterricht – sprechen Sie das immer wieder mit den Kindern ab – Jedes Gramm zählt!! Wie viele Hefte brauchen die Kinder wirklich? Keine Doppelhefte benutzen. Welche Hefte werden im Unterricht ständig gebraucht – welche können die meiste Zeit zuhause bleiben? Braucht man karierte und linierte Blocks? Tun es einzelne leere Blätter auch? Keine Blocks mit 100 Blatt. Wann braucht man das Buch im Unterricht bzw. zu Hause? Wann kann das Buch im Schließfach bleiben? Büchersharing zulassen. Gibt es einen doppelten Büchersatz im Bücherfundus der Schule, den man nutzen kann - Austeilen, Einsammeln, Lagern in unmittelbarer Nähe des Klassenzimmers / im Fachraum, Transport und Lagerung in Trolleys. (finanzielle Unterstützung durch den Förderverein !!) Sammelmappen – aussortieren lassen Schnellhefter können sehr dick und schwer werden - 2 Schnellhefter – einen für Aktuelles zum Mitnehmen / einen als Archiv zuhause Wiegen Sie einmal das Material, das für ihren Unterricht gebraucht wird – was kommt da zusammen? Was wiegt das Material, das für andere Fächer an diesem Tag gebraucht wird? Eine Waage können Sie im Sekretariat ausleihen. Sehen Sie ihr Fach nicht isoliert, sondern den ganzen Schultag. Ranzen-TÜV und Haltungsschulung z.B. im Sportunterricht, Sportpädagogen AOK

Eltern und Schüler

Die Ranzen jeden Tag nach Stundenplan neu packen – immer wieder mal kontrollieren. Was kann zu Hause bzw. im Schließfach in der Schule bleiben? Sammelmappen regelmäßig aussortieren. Keine unnötigen Sachen mitschleppen. Den Klassenlehrer auf das Problem ansprechen!! Die Ranzen korrekt tragen: Mit beiden Schultergurten tragen; die Gurte der Ranzen nicht zu lang lassen, die Oberkante des Ranzens soll auf Höhe der Schultern sein. Elternabend: Referenten der Krankenkassen z.B. AOK einladen

Nur wenn Schule, Lehrer, Schüler und Eltern gemeinsam an einem Strang ziehen, wird es Verbesserungen geben.

Elternbeirat