

Empfehlungen

- In **DIN 58124** sind sicherheitstechnische und körpergerechte Anforderungen beschrieben.
- Dabei ist insbesondere auf den ergonomisch korrekten Sitz der Schulmappe zu achten.
- Eine verdickte Rückseite des Ranzens verhindert Drücken.
- Im Bereich der Schultern sollten die verstellbaren Tragegurte gepolstert sein (mind. 4 cm breit, nicht zu eng am Hals).
- Der Ranzens darf nicht zu weit unten am Rücken hängen.
- Lassen Sie Ihr Kind die Schulmappen vor dem Kauf probieren!

Wie schwer darf die Schulmappe sein?

Körpergewicht	Schulmappen-Höchstgewicht
24 bis 28 kg	2,5 kg
29 bis 33 kg	3,0 kg
34 bis 38 kg	3,5 kg
39 bis 43 kg	4,5 kg
49 bis 53 kg	5,0 kg

Quellen zum Thema Mappengewicht

- DIN-Norm DIN 58124 unter www.nagd.din.de
- www.bildungsportal.nrw.de/BP/Service Themen/Schulranzen-Gewicht
- www.Familienhandbuch.de/cmairf_Aktuelles/a_Gesundheit

Bericht Schulmappengewichte im Internet unter

www.uckermark.de
Kreistag
Kreistagsvorlagen 2007
Elektronischer Leseraum
Ausschuss Vorlagen
25-A/2007

Kontakt:

Landkreis Uckermark
Gesundheits- und Veterinäramt
Karl-Marx-Straße 1
17291 Prenzlau
Tel.: 03984 701153
Fax: 03984 703453



Internet:

www.uckermark.de

e-mail:

gesundheits-und-veterinaeramt@uckermark.de



Schulmappengewichte

Ergebnisse einer
Stichprobenuntersuchung
in den 6. Klassen
im Landkreis Uckermark
im Schuljahr 2006/2007

Kinder- und Jugendgesundheitsdienst
Gesundheits- und Veterinäramt
Landkreis Uckermark

Schüler als Lastesel?

Im Rahmen der Schuleingangsuntersuchungen werden die Eltern darüber beraten, welche Kriterien ein guter Schulranzen erfüllen sollte. Dabei ist vor allem das Mappengewicht immer wieder Beratungsgegenstand.

Kinderärzte und Orthopäden empfehlen, dass die Schulranzen der Kinder (einschließlich Inhalt) **maximal 10 % des eigenen Körpergewichts** wiegen sollten. Diese Grenze wird bei vielen Kindern überschritten.

Deshalb wurde im Rahmen der Reihenuntersuchungen der Schüler der 6. Klassen im Landkreis Uckermark im Schuljahr 2006/2007 neben dem Körpergewicht der Kinder auch das Gewicht der Schulmappen erfasst und in Relation zum Körpergewicht gesetzt. Die Ergebnisse bestätigen:

Die Kinder tragen zu schwer und das ein Schülerleben lang.

Der Kinder- und Jugendgesundheitsdienst des Landkreises Uckermark sieht sich in der Pflicht, dass seine Schulärzte als „Arbeitsmediziner“ der Schüler auf die Problematik aufmerksam machen, um Verantwortliche zum Handeln zu bewegen.

Dr. med. Michaela Hofmann
Amtsärztin

Ergebnisse

Deutliche Grenzwertüberschreitungen bei über der Hälfte der Schüler!

312 von 740 erfassten Schülern (42 %) trugen Mappengewichte zwischen 7 und 9,9 kg. Die Mappen von 39 Schülern (5 %) wogen 10 kg und darüber. Die schwerste Mappe wog 16 kg!

In nur sieben Schulen (von 30 Grund- und 3 Förderschulen) des Landkreises wurde das durchschnittliche Mappengewicht von 5 kg unterschritten. In 13 Schulen wogen die Schulmappen der Sechstklässler 5 bis 7 kg. In weiteren 13 Schulen mussten die Schüler der 6. Klassen mehr als 7 kg tragen.

Positive Beispiele, von Schulen die die Grenzwerte nicht überschritten:

- Förderschule Prenzlau
- Astrid-Lindgren-Grundschule Schwedt
- Diesterweg-Grundschule Prenzlau
- Grundschule Gartz
- Aktive Naturschule Templin

Diese Darstellung ist auch den beteiligten Schulen und dem Staatlichen Schulamt zugegangen. Die Ergebnisse können Anlass zur Diskussion über gelungene Lösungen einzelner Schulen sein und Initiativen anregen.

Konsequenzen

➤ **Kontrolle durch die Eltern**

Kinder neigen dazu, zu viele Dinge mit sich herumzuschleppen. Der Mappeninhalt sollte zumindest in der Anfangszeit regelmäßig kontrolliert und auf das dringend Notwendige begrenzt werden.

➤ **Beratung durch die Lehrer**

Die Lehrer können durch Beratung und Aufklärung von Schülern und Eltern maßgeblich zur Förderung des Gesundheitsbewusstseins beitragen. Lehrer sollten die Problematik zu schwerer Schultaschen durch unbedachte Auswahl des Inhaltes gegenüber den Schülern regelmäßig ansprechen und ihnen die gesundheitlichen Konsequenzen deutlich machen. Eine effektive Einflussnahme und Erziehung in diesen Fragen sollte möglichst vor Beginn der Pubertät abgeschlossen sein.

➤ **organisatorische Rahmenbedingungen**

- Schließfächer, um z.B. Sportzeug, Zeichenzeug, Atlas oder Duden zu deponieren
- Gestaltung des Stundenplans: Doppelstunden an „langen Tagen“ helfen, die Bücherzahl zu reduzieren
- Vorauswahl und Ankündigung in Fächern (wie z.B. Deutsch), für die verschiedene Lehrmittel benötigt werden
- Erfahrungsaustausch zwischen den Schulen über geglückte Lösungen