

Gerade in den unteren Klassen wird oft ein **hohes Gewicht der Schultaschen** beklagt. Der Anteil der Bücher daran wird dabei gelegentlich überschätzt. Ein durchschnittliches Schulbuch wiegt etwa 700 Gramm, selten müssen in diesen Klassenstufen an einem Tag mehr als drei Bücher mitgeführt werden, oftmals sogar weniger. Die nachstehenden Hinweise sollen helfen, das Gewicht der Schultaschen zu reduzieren:

Das Gewichtsempfinden ist stark von der verwendeten Tasche abgänglich. Beim Kauf der Schultasche sollte unbedingt darauf geachtet werden, dass es sich um eine Schultasche nach **DIN 58124** handelt. Nach dieser Norm geformte Schultaschen werden aus extraleichtem Material hergestellt und sind mit breiten Schultergurten und mehreren Fächern ausgestattet, damit der Inhalt während des Transports nicht verrutschen kann und der Ranzen nicht schief am Körper hängt. Das Leergewicht des Ranzens sollte je nach Alter nicht über 1,2 bis 1,5 kg betragen. Es ist übrigens nicht notwendig, den Ranzen zu wiegen, denn das Gewicht muss auf dem Ranzen angegeben sein. Fehlt dieser Hinweis, handelt es sich nicht um einen Ranzen, der diese Norm erfüllt.

Weiche, modische Schultaschen wie Rucksäcke, die keinen ergonomisch geformten Rücken sowie breite, gepolsterte Schulterriemen haben, können Haltungsschäden auslösen oder diese verstärken. Sie werden oft zu niedrig getragen und belasten somit die Wirbelsäule.

Statistiken belegen, dass die Kinder heutzutage durch zu häufiges Sitzen (auch in der Freizeit) eine tendenziell unterentwickelte Rückenmuskulatur haben, so dass sie beim Tragen ihrer Schulmaterialien unbewusst eine falsche Haltung einnehmen, denn auch die Art, wie der Ranzen getragen wird, ist für die Entstehung von Rückenproblemen mitentscheidend. Im Übrigen führen Rucksäcke und ähnliche weiche Taschen auch viel häufiger zu beschädigten Büchern, die dann in Rechnung gestellt werden müssen.

Erfahrungsgemäß transportieren manche Schülerinnen und Schüler auch **überflüssige Gegenstände in ihren Taschen**. Das betrifft einerseits am jeweiligen Tag gar nicht benötigte Bücher, aber auch Arbeitshefte, Buntstifte und ähnliche Materialien.

Für ausschließlich im Unterricht verwendete Arbeitsmittel gibt es die Möglichkeit, ein **Schließfach anzumieten**, für weniger wertvolle Gegenstände stehen Schränke oder Regale in jedem Klassenraum zur Verfügung. Oft werden allerdings auch gar nicht für den Unterricht benötigte Dinge mitgenommen, dazu zählen etwa Kuscheltier, Poesiealbum, Ipod, Smartphone, mp3-Player, Ball oder Tischtennisschläger. Auch Getränkeflaschen wiegen etwa so viel wie ein Buch, zudem sind zerstörte Bücher durch in Schultaschen ausgelaufene Getränke leider Schulalltag. Als Alternative können Getränke auch in der Schule erworben werden.

Wir hoffen, dass Ihnen die Hinweise geholfen haben, das Gewicht der Schultaschen zu reduzieren.