





ا **التاريخ:** 21 يوليو 2020

ا إلى: السادة مديري المدارس الخاصة المحترمين

تحية طيبة وبعد،

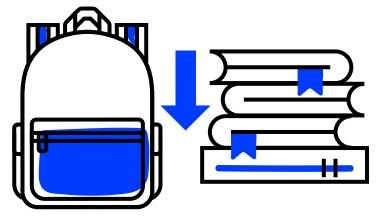
حرصاً منا على سلامة أبنائنا الطلبة، فإننا نود أن نعمل معاً على تجنب الآثار السلبية المحتملة لما يمكن أن يسببه حمل الحقيبة المدرسية الثقيلة على الطلبة.

ولتفادي أي تأثيرات ضارة على العمود الفقري للطفل أو جسـده، فإن الوزن الإجماليّ للحقيبة المدرسـية يجب ألا يتعدى <mark>20%</mark> من وزن جسم الطالب.

وعليـه، نرجـو من جميع المدارس الخاصة الالتزام باتخاذ الإجراءات اللازمة لضمان عدم تجاوز وزن الحقيبة المدرسية الأوزان المدرجة في الجدول:

الحد الأقصىلوزن الحقيبة (كغ)	الصف/السنة
2.2	روضة أولى/الرحلة التمهيدية الثانية
2.4	روضة ثانية/ السنة الأولى
2.6	الصف الأول/السنة الثانية
3.0	الصف الثاني/السنة الثالثة
3.4	الصف الثالث/السنة الرابعة
3.8	الصف الرابع/ السنة الخامسة
4.1	الصف الخامس/السنة السادسة
4.5	الصف السادس/السنة السابعة
5.0	الصف السابع/السنة الثامنة
5.8	الصف الثامن/السنة التاسعة
6.5	الصف التاسع/السنة العاشرة
7.3	الصف العاشر/السنة الحادية عشرة

المصدر: الجدول البياني لنمو الطفل حسب مؤشرات منظمة الصحة العالية









#### لضمان الالتزام بهذه السياسة، يرجى أخذ النقاط التالية بعين الاعتبار:

- مراجعة سياسة الواجبات الدرسية لتكون أكثر مرونة، مثل حث المعلمين على توزيع أوراق عمل للطلبة أو كراسات تمارين للاستعانة بها في حل الواجبات المنزلية.
- تشجيع الطلبة على استخدام حقائب مدرسية تحتوي على جيوب وأجزاء داخلية منفصلة تتسع للكتب والأدوات الأخرى، بالإضافة إلى اختيار حقيبة صحية (ergonomic).
  - 📥 🕻 تشجيع الطلبة على حمل الحقيبة على كتفين وليس على كتف واحد.
  - حث الطلبة على استخدام حقائب تحتوي على أحزمة كتف مبطنة وعريضة وقابلة للتعديل بحيث تتناسب مع جسم الطالب.
    - 🛨 توفير أماكن كافية للطلبة لتخزين كتبهم الدراسية، مع مراعاة الأمن والسلامة.
- 🛶 🕻 زيادة وعي الطلبة عن طريق وضع ميزان حقائب في كل صف ليتمكنوا من قياس وزن حقائبهم.

إنّ صحة أبنائنا الطلبة هي من أبرز أولوياتنا، ونحن على ثقة بأنكم ستبذلون ما في وسعكم لنشر التوعية حول صحة وسلامة الطلبة واتخاذ كافة الإجراءات الوقائية اللازمة وتوعية العاملين بالدرسة بالأدوار المناطة بهم.

كما يرجى العلم بأن فريق الامتثال في دائرة التعليم والمعرفة سيقوم بعمل زيارات رقابية مفاجئة لضمان الامتثال المستمر في جميع المدارس اعتباراً من يوم الأحد الموافق 6 سبتمبر 2020.

### للحصول على مزيد من المعلومات أو للاستفسار أو الاقتراحات، يرجى التواصل مع:

هدى التميمي

مدير مشروع الامتثال

بريد إلكتروني: huda.altamimi@adek.gov.ae

رقم الهاتف: 0145 615 2 (0) 971+

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير.





# **POLICY**

**DATE:** 21 July 2020

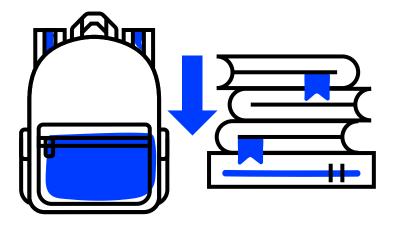
Dear Principals,

TO: Private School Principals

As custodians of children's wellbeing, we would like to address the potential long-term effects of students carrying heavy school bags.

It is recommended that a child's school bag does not exceed 20% of their body weight to avoid adverse effects on their spine and body.

Accordingly, all schools are required to take measures to ensure that students' school bags do not exceed the maximum weights listed in the table:



Grade / Year (US) (UK)	Max. Backpack Weight (KG)
KG1 / FS2	2.2
KG2 / Year 1	2.4
Gr 1 / Year 2	2.6
Gr 2 / Year 3	3.0
Gr 3 / Year 4	3.4
Gr 4 / Year 5	3.8
Gr 5 / Year 6	4.1
Gr 6 / Year 7	4.5
Gr 7 / Year 8	5.0
Gr 8 / Year 9	5.8
Gr 9 / Year 10	6.5
Gr 10 / Year 11	7.3

\*Source: Maximum school bags weight was calculated based on WHO Child Growth Chart

**T.** 00971 (0) 2 615 00 00

IG. ADEK\_INSTA

WWW.ADEK.GOV.AE





## **POLICY**

#### To help you adhere to the policy, we recommend you explore the following:

*	Revisit the homework policy to ensure it allows flexibility, such as asking teachers to give handouts or workbooks that can be used for homework assignments
*	Encourage the use of ergonomic school bags with individualized compartments to efficiently hold books and equipment
*	Encourage students to wear both shoulder straps and not sling a school bag over one shoulder
*	Encourage the use of wide, padded, adjustable school bag straps that fit the student's body
*	Provide students with adequate storage in line with health and safety standards
*	Raise students awareness about school bags by using a hanging scale in the classrooms, allowing them to weigh their school bags to determine whether it is too heavy

The health of our students is of paramount importance, we appreciate your efforts to disseminate the knowledge regarding the health, safety, and prevention matters so that all school staff know what is expected of them.

ADEK compliance team will check the school's ongoing commitment through conducting spot checks starting Sunday 6 September 2020.

For queries, clarifications or suggestions, please contact us:

Huda Al Tamimi Compliance Project Manger E:huda.altamimi@adek.gov.ae D: +971 (0) 2 615 0145

<b>T.</b> 00971 (0) 2 615 00 00	IG. ADEK_INSTA	WWW.ADEK.GOV.AE											$\Box$	Τ
													$\perp$	