

سياسة وزن الحقيبة المدرسية

الاثنين 01 يناير 2026

أولياء الأمور الكرام ..

تحية طيبة وبعد،

لا يتجاوز 2 كيلو جرام

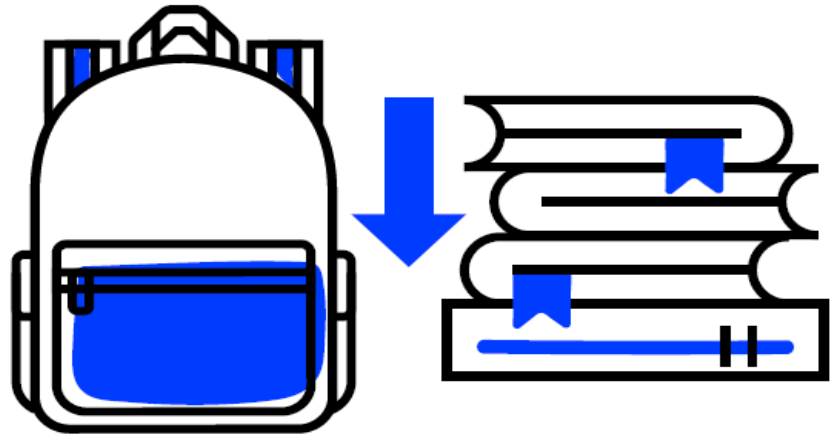
حرصاً منا على سلامة أبنائنا الطلبة، فإننا نود أن نعمل معاً على تجنب الآثار السلبية المحتملة لما يمكن أن يسببه حمل الحقيبة المدرسية الثقيلة على الطلبة.

ولتفادي أي تأثيرات ضارة على العمود الفقري للطفل أو جسده، فإن الوزن الإجمالي للحقيبة المدرسية يجب ألا يتعدى 5 إلى 10 % من وزن جسم الطالب.

وعليه نرجو الالتزام والانتباه لعدم تجاوز الحقيبة المدرسية الأوزان المدرجة في الجدول المقابل:

الحد الأقصى لوزن الحقيبة (كغ)	الصف / السنة
لا يتجاوز 2 كيلو جرام	روضة أولى / المرحلة التمهيدية الثانية
لا يتجاوز 2 كيلو جرام	روضة ثانية / السنة الأولى
لا يتجاوز 2 كيلو جرام	الصف الأول / السنة الثانية
لا يتجاوز 2 كيلو جرام	الصف الثاني / السنة الثالثة
لا يتجاوز 3 إلى 4.5 كيلو جرام	الصف الثالث / السنة الرابعة
لا يتجاوز 3 إلى 4.5 كيلو جرام	الصف الرابع / السنة الخامسة
لا يتجاوز 3 إلى 4.5 كيلو جرام	الصف الخامس / السنة السادسة
لا يتجاوز 6 إلى 8 كيلو جرام	الصف السادس / السنة السابعة
لا يتجاوز 6 إلى 8 كيلو جرام	الصف السابع / السنة الثامنة
لا يتجاوز 6 إلى 8 كيلو جرام	الصف الثامن / السنة التاسعة
لا يتجاوز 10 كيلو جرام	الصف التاسع / السنة العاشرة
لا يتجاوز 10 كيلو جرام	الصف العاشر / السنة الحادية عشرة

المصدر: الجدول البياني لنمو الطفل حسب مؤشرات منظمة الصحة العالمية



إدارة المدرسة

○ يُرجى تشجيع الطلبة على حمل الحقيبة على الكتفين وليس على كتف واحد.

○ يُرجى تشجيع الطلبة على التحضير اليومي حسب الجدول المدرسي.

صحة طلابنا هي أول أولوياتنا

