

# PROTOCOLLO DI SICUREZZA PER LE ATTIVITA' IN PALESTRA E NEGLI SPAZI ESTERNI

 Presidenza del Consiglio dei Ministri  
Ufficio per lo sport

## Lo Sport riparte in sicurezza

All'interno del sito è garantita la possibilità di effettuare le seguenti pratiche igieniche:



LAVARSI FREQUENTEMENTE LE MANI, ANCHE ATTRAVERSO APPPOSITI DISPENSER DI GEL DISINFETTANTI



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA DI 1 MT IN CASO DI ASSENZA DI ATTIVITÀ FISICA



BERE SEMPRE DA BICCHIERI MONOUSO O BOTTIGLIE PERSONALIZZATE



NON TOCCARSI MAI OCCHI, NASO E BOCCA CON LE MANI



STARNUTIRE E/O TOSSIRE IN UN FAZZOLETTO EVITANDO IL CONTATTO DELLE MANI CON LE SECREZIONI RESPIRATORIE; SE NON SI HA A DISPOSIZIONE UN FAZZOLETTO, STARNUTIRE NELLA PIEGA INTERNA DEL GOMITO



EVITARE DI LASCIARE IN LUOGHI CONDIVISI CON ALTRI GLI INDUMENTI INDOSSATI PER L'ATTIVITÀ FISICA, MA RIPORLI IN ZAINI O BORSE PERSONALI E, UNA VOLTA RIENTRATO A CASA, LAVARLI SEPARATAMENTE DAGLI ALTRI INDUMENTI



MANTENERE LA DISTANZA INTERPERSONALE MINIMA ADEGUATA ALL'INTENSITÀ DELL'ESERCIZIO, COMUNQUE NON INFERIORE A 2 MT



GETTARE SUBITO IN APPPOSITI CONTENITORI I FAZZOLETTINI DI CARTA O ALTRI MATERIALI USATI (BEN SIGILLATI)

Ai fini dell'attuazione delle buone pratiche igieniche:



METTERE A DISPOSIZIONE UN "SISTEMA DI RACCOLTA DEDICATO AI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI" (ES. FAZZOLETTI MONOUSO, MASCHERINE/RESPIRATORI)



È VIETATO LO SCAMBIO TRA OPERATORI SPORTIVI E PERSONALE COMUNQUE PRESENTE NEL SITO SPORTIVO DI DISPOSITIVI (SMARTPHONE, TABLET, ECC.) E DI ATTREZZI SPORTIVI

In aggiunta, coloro che praticano l'attività, hanno l'obbligo di:



DISINFETTARE I PROPRI EFFETTI PERSONALI E DI NON CONDIVIDERLI (BORRACCHE, FAZZOLETTI, ATTREZZI, ECC.)



ARRIVARE NEL SITO GIÀ VESTITI ADEGUATAMENTE ALLA ATTIVITÀ CHE ANDRÀ A SVOLGERSI O IN MODO TALE DA UTILIZZARE SPAZI COMUNI PER CAMBIARSI E MUNITI DI BUSTE SIGILLANTI PER LA RACCOLTA DI RIFIUTI POTENZIALMENTE INFETTI



NON TOCCARE OGGETTI E SEGNALETICA FISSA

Segui le istruzioni di dettaglio per la tua disciplina emanate dalle Federazioni Sportive Nazionali e Discipline Sportive Associate di riferimento, nonché della Federazione Medico Sportiva Italiana

  
sport.governo.it

***“Ognuno protegge tutti”***

Adozione del Documento per la pianificazione delle attività scolastiche, educative e formative in tutte le Istituzioni del Sistema nazionale di Istruzione per l'anno scolastico 2020/2021 (in analogia a quanto disciplinato nell'allegato 17 del DPCM 17 maggio 2020 e nelle "Linee guida per la riapertura delle Attività Economiche, Produttive e Ricreative" Allegato 1 al DPCM 14 luglio 2020).

# LINEE GUIDA GENERALI

(COMITATO TECNICO SCIENTIFICO EX OO.C.D.P.C. 03/02/2020, N. 630; 18/04/2020, N. 663; 15/05/2020, N. 673)

## LINEE GUIDA PER L'ATTIVITA' SPORTIVA DI BASE E L'ATTIVITA' MOTORIA IN GENERE

(emanato ai sensi del DPCM del 17.05.2020 art. 1 lettera F)

### RAPPORTO LO SPORT RIPARTE IN SICUREZZA

(Rapporto di CONI, CIP e Politecnico di Torino)

## PROTOCOLLI DELLE FEDERAZIONI SPORTIVE E DELLE DISCIPLINE ASSOCIATE AL CONI

### Misure organizzative, di prevenzione e di protezione

“Per le attività di educazione fisica, qualora svolte al chiuso (es. palestre), dovrà essere garantita adeguata aerazione e un distanziamento interpersonale di almeno 2 metri (in analogia a quanto disciplinato nell'allegato 17 del DPCM 17 maggio 2020). Nelle prime fasi di riapertura delle scuole sono sconsigliati i giochi di squadra e gli sport di gruppo, mentre sono da privilegiare le attività fisiche sportive individuali che permettano il distanziamento fisico. “

Anche per l'Educazione Fisica e le Scienze Motorie e Sportive dovranno essere rispettati i tre criteri generali indicati dal CTS: **distanziamento**, **protezione**, **pulizia** che saranno esplicitati nei seguenti punti:

1. Sarà fornita un'adeguata informazione a tutti gli studenti sulle misure di prevenzione da adottare per ridurre al minimo il rischio di contagio e condivisione del protocollo di sicurezza per l'utilizzo della palestra, del campo sportivo e degli attrezzi sportivi.
2. Andrà privilegiato, laddove possibile in riferimento alle condizioni ambientali/meteorologiche, l'utilizzo di strutture *outdoor* attrezzate o no, interne alla struttura scolastica o in ambienti esterni.
3. Sarà garantita in palestra un'adeguata aerazione con ricambio d'aria regolare e sufficiente, favorendo, in ogni caso possibile, l'aerazione naturale almeno un'ora prima e fino a un'ora dopo l'accesso da parte degli studenti in palestra.
4. Sarà consentito l'accesso alla palestra per l'attività didattica di Scienze Motorie e Sportive in modo obbligatorio solo a due classi nel rispetto del distanziamento e senza incrocio dei due gruppi-classe.
5. Saranno delimitati, con apposita segnaletica a terra, l'utilizzo degli spazi per le attività motorie e saranno privilegiate forme di schieramento in modo da evitare situazioni in

cui il respiro o le eventuali goccioline possano raggiungere qualche compagno e/o il docente.

6. Sarà programmato da ogni docente l'utilizzo di ambienti diversi per le attività all'aperto:
7. Si dovrà mantenere l'obbligo di distanziamento tra le classi in caso di utilizzo della stessa area all'aperto.
8. Si dovrà mantenere l'obbligo di distanza di 1 metro tra studenti e l'utilizzo dei dispositivi di protezione individuali (mascherine) evitando gli assembramenti (soprattutto in entrata e uscita dalla palestra) e il contatto fisico tra i compagni.
9. Si dovrà mantenere la distanza di sicurezza interpersonale di almeno 1 metro tra gli studenti quando non svolgono attività fisica.
10. Sarà obbligatorio, all'entrata e all'uscita dalla palestra, usare gli appositi dispenser di soluzioni idroalcoliche e/o di gel igienizzante per l'igiene delle mani.
11. Si dovranno usare in palestra apposite calzature previste esclusivamente a questo scopo.
12. Si dovrà arrivare in palestra già vestiti da casa in modo idoneo (tuta sportiva) per le attività motorie che si andranno a svolgere.
13. Rispetto al criterio della protezione con dispositivi di protezione individuali (DPI) è utile ricordare che, l'uso della mascherina - da non utilizzare durante l'attività motoria perché potrebbe impedire l'assunzione di una adeguata quantità di ossigeno - è obbligatoria per gli spostamenti da e per la palestra/classe e durante le fasi di attesa.
14. Sarà obbligatorio mantenere un distanziamento interpersonale tra gli studenti di almeno 2 metri durante l'attività fisica ( con particolare attenzione a quella intensa) e altrettanti 2 metri dal docente.
15. L'attività fisica in palestra sarà generalmente svolta in modo stanziale con esercizi e attività sul posto (seguendo la segnaletica apposita a questo scopo) mantenendo la distanza interpersonale di 2 metri tra uno studente e l'altro e/o in alternativa dividendo il gruppo classe in due/tre sottogruppi per attività più dinamiche.
16. Saranno da privilegiare le attività fisiche sportive individuali che permettano il distanziamento fisico.
17. Saranno verificati dei protocolli per valutare l'adattamento alle esigenze della scuola e nel rispetto delle linee guida emanate dal CTS.
18. Per l'utilizzo dell'attrezzatura sportiva: attualmente non c'è da parte del MI e del CTS alcun chiarimento definitivo e ufficiale sullo scambio di palloni e oggetti sportivi,

pertanto sarà preferibile attenersi ad un uso prioritariamente individualizzato degli stessi.

19. Sarà assegnata nel limite del possibile ad ogni studente l'attrezzatura personale che dovrà utilizzare durante la lezione per evitare scambi tra studenti.
20. Sarà prevista la possibilità di utilizzo di piccoli attrezzi personali portati da casa (funicella, tappetino, elastico, ecc.).
21. Gli attrezzi utilizzati durante l'attività, al termine della lezione, saranno riposti in un locale diverso da quello contenente gli attrezzi puliti, per permettere al collaboratore scolastico di igienizzarli per la lezione successiva.
22. Sarà assolutamente fatto divieto di condividere borracce, bicchieri e bottiglie e non scambiare tra studenti oggetti quali asciugamani, fazzoletti, indumenti, attrezzi sportivi, dispositivi quali *smartphone*, *tablet*, cuffiette, auricolari *wireless* e altro.
23. Tutti gli indumenti, oggetti ed effetti personali dovranno in modo obbligatorio essere riposti dentro la borsa/zaino personale e /o sacchetto.
24. Si chiederà a tutti gli studenti di portare dentro allo zaino/borsa personale eventuale gel igienizzante personale da utilizzare ogni volta ve ne sia necessità, salviettine umidificate, asciugamano e sacchetti e/o bustine dove riporre la mascherina quando non viene utilizzata durante l'attività fisica e per riporre le scarpe di ricambio.
25. Dovranno obbligatoriamente essere gettati all'interno dei contenitori di indifferenziata Salviettine, fazzoletti, mascherine e guanti monouso non più utilizzabili.
26. Sarà individuato ed allestito, con un apposito percorso di accesso e uscita, dedicato e segnalato, lo spazio riservato agli studenti al fine di permettere loro di potersi cambiare (solo le scarpe). Lo spazio in questione sarà quello delle gradinate situate all'interno del locale palestra dove gli studenti saranno distanziati con apposita segnaletica, garantendo loro una postazione personalizzata che verrà igienizzata al termine delle due ore di lezione.
27. Gli spogliatoi non saranno accessibili per problemi di congruità di tempi didattici e di tempi di igienizzazione.
28. Sarà consentito l'utilizzo dei servizi igienici, all'interno degli spogliatoi, per un massimo di uno studente per volta.
29. Sarà prevista la rotazione delle classi negli spazi fruibili (indoor, outdoor, aula).
30. Sarà attuata una flessibilità oraria (circa 15-20 minuti) al cambio di ogni gruppo-classe per consentire al collaboratore scolastico di igienizzare l'ambiente palestra, i servizi igienici e gli attrezzi al termine di ogni lezione.

31. Sarà effettuata, al termine di ogni lezione, in palestra l'igienizzazione degli attrezzi utilizzati e dell'ambiente da parte del collaboratore scolastico indicato per questa mansione.
32. Gli studenti sprovvisti delle scarpe apposite o gli studenti temporaneamente esonerati dovranno assistere alla lezione seduti sulle gradinate debitamente distanziati.
33. Verranno verificati, e se necessario, segnalati, i comportamenti non rispettosi delle suddette indicazioni o di situazioni di rischio.
34. L'uscita dal locale Palestra così come dalle aree, immediatamente prospicienti, dedicate allo svolgimento dell'attività motoria, **dovrà effettuarsi solo dopo il suono della campanella.**



Il Dirigente Scolastico

*Prof.ssa Gaetana Iacobone*

Firma autografa omessa ai sensi e per gli effetti dell'art. 3, c. 2,  
D. Lgs. n. 39/1993 Registro