



## **PROTOCOLLO ATTIVITÀ SPORTIVA NEL RISPETTO DELLE REGOLE DI SICUREZZA PER IL CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DI COVID**

Approvato dal Consiglio d'Istituto in data 26 novembre 2020 con delibera n. 72.

Luogo di attività: palestra della scuola

### **ART. 1 MODALITÀ DI SPOSTAMENTO CLASSE/PALESTRA**

1. All'inizio della lezione il Docente darà disposizione per il cambio delle scarpe che avverrà in classe.
2. Gli studenti usciranno dalla classe sanificandosi le mani, ordinatamente, muniti di mascherina correttamente indossata (e di bustina per riporla) e distanziati dai compagni di almeno 1 m.
3. All'ingresso della palestra é posizionato il gel per sanificare nuovamente le mani.
4. Arrivati all'ingresso della palestra, gli studenti accederanno alla stessa, uno per volta rimanendo in fila per uno e rispettando il distanziamento.
5. Al termine della lezione gli studenti, in fila e distanziati, usciranno dalla palestra, indossando la mascherina e disinfettando le mani.
6. In palestra gli studenti potranno stare senza mascherina soltanto mantenendo il distanziamento di almeno due metri dai compagni.

### **ART. 2 ABBIGLIAMENTO**

1. I ragazzi verranno a scuola con l'abbigliamento idoneo a svolgere le attività, porteranno un paio di scarpe da ginnastica pulite per il cambio di quelle utilizzate per venire a scuola e una maglietta di ricambio da indossare al termine della lezione.
2. Tutti dovranno avere un piccolo zainetto o busta dove riporre le proprie cose personali prima e dopo l'attività.

### **ART. 3 UTILIZZO SPOGLIATOIO E SERVIZI**

1. NON verranno utilizzati gli spogliatoi della palestra
2. Si utilizzeranno solo i servizi igienici della palestra durante la lezioni per situazioni di emergenza.
3. Se sarà necessario recarsi ai servizi sarà obbligatorio il lavaggio delle mani e la loro sanificazione.
4. Ogni allievo porterà una bottiglia/borraccia personale con acqua per non dover accedere ai servizi per bere.

### **ART. 4 ATTIVITÀ**

1. Tutte le attività motorie e gli esercizi a corpo libero che possano garantire la distanza, con preferenza alle attività propedeutiche individuali dell'atletica leggera.

2. L'insegnante manterrà il distanziamento rimanendo a 2 metri dagli allievi (senza mascherina), con la mascherina potrà avvicinarsi ulteriormente per dare spiegazioni individuali delle attività.
3. Si proporranno le attività:
  - Organizzando gli spazi in relazione al distanziamento
  - Organizzando un sistema di sanificazione degli spazi e degli attrezzi
  - Organizzando gli spostamenti
  - Adottando pratiche d'igiene
4. Utilizzando in maniera opportuna mezzi di prevenzione si svolgeranno:
  - a. Lezioni frontali (ginnastica generale, potenziamento generale, esercitazioni con piccoli attrezzi, esercitazioni di fitness, ecc)
  - b. Esercitazione in successione in piccoli gruppi (andature, esercitazioni di tecnica sportiva).
5. Attività sportive
  - a. I giochi sportivi non saranno al momento proposti. Tuttavia, con alcuni accorgimenti, verranno svolte attività individuali ed esercitazioni tecniche di alcuni sport di squadra;
  - b. Esercitazioni in successione un alunno per volta, ognuno con un pallone. Es. di atletica (da svolgere prevalentemente all'aperto)
  - c. Si valuterà se proporre SPORT DI RACCHETTA (Ping pong - Tennis - Badminton - go back). Le esercitazioni con questi attrezzi eseguite a coppie possono essere svolte con alcuni accorgimenti.
  - d. Nelle esercitazioni frontali gli alunni troveranno già predisposti segni di distanziamento, semi permanenti (con nastro carta) o occasionali (con cinesini)

## **5. USO DEGLI ATTREZZI**

1. L'uso degli attrezzi tiene conto della disposizione per cui in termini di prevenzione va evitato il passaggio di oggetti o la manipolazione di oggetti da un soggetto all'altro.
2. Tenendo conto di ciò, del numero degli studenti e dei tempi a disposizione non saranno utilizzati i grandi attrezzi, che richiederebbero igienizzazione per ogni studente che si apprestasse ad utilizzarlo.
3. Si prevede l'uso di piccoli attrezzi nel rispetto sempre di quanto detto riguardo alle norme di prevenzione.
4. Ogni studente deve avere a disposizione un attrezzo
5. L'attrezzo va igienizzato all'inizio della lezione e/o esercitazione con uno spray disinfettante. Il docente (o uno studente incaricato sotto la vigilanza del docente) munito di guanti spruzzerà l'attrezzo e lo consegnerà allo studente che munito di un pezzo di carta usa e getta curerà la pulizia accurata dell'attrezzo.
6. Nel caso non ci fossero attrezzi in numero uguale agli studenti sarà necessario lavorare a gruppi e al cambio, si dovrà ripetere l'operazione di sanificazione dell'attrezzo

## **6. ATTIVITÀ TEMPORANEAMENTE SOSPESSE**

1. In conformità con quanto deciso dai DPCM riguardo alla norme su attività sportiva e Covid 19, tenendo conto delle linee guida emanate dalle specifiche federazioni e della realtà in termini di tempo a disposizione e numero degli alunni, sono sconsigliate temporaneamente le seguenti attività:
  - a. Giochi di squadra
  - b. Attività che richiedono passaggio di attrezzi
  - c. Attività che richiedono l'utilizzo di grandi attrezzi (spalliera, salto in alto, capovolte, ecc)
  - d. Corsa (in palestra; può invece essere praticata in spazi esterni, rispettando la distanza di circa 2 metri tra uno studente e l'altro)

## **7. FORMAZIONE DEGLI STUDENTI**

1. Gli studenti verranno messi a conoscenza delle presenti linee guida, le modalità di trasmissione del virus, le misure di contenimento in modo da poterle attuare in maniera consapevole e responsabile durante le ore di lezione di educazione fisica

## **8. ULTERIORI PRECISAZIONI RIGUARDO AI DISPOSITIVI DI CONTENIMENTO**

1. Mascherina:
  - a. Docente e studenti devono indossare la mascherina durante gli spostamenti classe - palestra - classe e mentre prendono posto in palestra.
  - b. Il docente mantiene la mascherina, ma può abbassarla quando nel dirigere la lezione si trova ad una distanza di almeno 2 metri dagli studenti. La riposiziona nel momento in cui la lezione richiedesse l'avvicinamento ad uno studente per chiarimenti o correzioni o durante la sanificazione degli attrezzi
2. Utilizzo dei guanti: il docente utilizzerà i guanti monouso durante le procedure di sanificazione e disposizione degli attrezzi.
3. Utilizzo del gel disinfettante per le mani: le mani vanno sanificate all'inizio e alla fine di ogni lezione o se si viene in contatto con un attrezzo utilizzato da un compagno.
4. Aerazione della palestra : la palestra verrà arieggiata ad ogni cambio d'ora e finché possibile l'intera lezione sarà svolta a porte aperte

**Tutte le procedure previste dal presente protocollo possono essere modificate con misure maggiormente restrittive in caso di disposizioni superiori (DPCM, note Ministeriali, ordinanze regionali) che prevedano modalità più rigide di contenimento del contagio da Sars-Cov-2.**