

PROTOCOLLO PER IL CONTRASTO ED IL CONTENIMENTO DELLA DIFFUSIONE DEL VIRUS Covid-19

IMPIANTI SPORTIVI INDOOR E OUTDOOR

Educazione Fisica in sicurezza

Il CTS ha indicato le “Modalità di ripresa” delle attività motorie nel prossimo anno scolastico:

“... Per lo svolgimento della ricreazione, delle attività motorie ..., ove possibile e compatibilmente con le variabili strutturali, di sicurezza e metereologiche, privilegiare lo svolgimento all'aperto, valorizzando lo spazio esterno quale occasione alternativa di apprendimento.

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”.

Finalità

L'obiettivo del presente protocollo è fornire linee guida e indicazioni operative, finalizzate a incrementare l'efficacia delle misure precauzionali di contenimento da adottare per contrastare l'epidemia di COVID-19 all'interno delle palestre, in funzione dell'avvio della riapertura delle strutture e delle attività, con l'obiettivo di tutelare la salute dei fruitori della struttura sportiva.

Si evidenzia altresì l'importanza della responsabilità individuale da parte degli alunni e delle alunne che potranno sperimentare il significato del “rendersi utili per la comunità” e prendere coscienza del valore del “prendersi cura” della propria e dell'altrui salute, in termini di prevenzione e di rispetto delle norme previste. Piccoli gesti potranno divenire di grande significato, se intesi come opportunità di crescita personale e collettiva e di acquisizione di competenze pratiche.

Il presente documento è stato redatto nel rispetto dei principi contenuti nelle linee guida nazionali e potrà essere aggiornato, integrato o modificato, sulla base dell'evoluzione delle disposizioni del Governo relative alla riapertura delle attività scolastiche alle quali attenersi per soddisfare gli obiettivi di sicurezza e il contenimento del contagio da Covid-19, dell'evoluzione dello scenario epidemiologico, nonché di eventuali ulteriori indirizzi di carattere tecnico-scientifico di livello nazionale o internazionale.

Il documento prevede prescrizioni, raccomandazioni, indicazioni e suggerimenti operativi.

Riferimenti normativi e procedurali specifici:

- *DPCM del 17 Maggio 2020*
- *Linee Guida per l'attività sportiva di base e l'attività motoria in genere del 19 Maggio 2020*
- *Ordinanza del Presidente Regione Sardegna n°23 del 17 Maggio 2020*
- *Piano scuola 2020-2021*
- *Protocolli Federazioni sportive sport di squadra FIP, FIPAV, FIBa, FIGC*

Informazione e comunicazione

In considerazione dell'importanza della responsabilizzazione individuale dei fruitori delle palestre nell'adozione di comportamenti rispettosi delle misure di sicurezza e prevenzione, deve essere garantita l'adozione da parte del Convitto, di tutti i possibili strumenti di informazione e comunicazione rivolte all'utenza scolastica sulle regole di accesso e comportamento.

L'informazione a tutta la Comunità scolastica e a chi accede alla palestra avverrà tramite cartellonistica finalizzata ad informare sulle misure precauzionali atte a contrastare la diffusione del virus responsabile del COVID-19 e sui corretti comportamenti da mantenere da parte di tutti e tutte. Le procedure contenute nel presente documento si intendono applicate dal 22 settembre 2020, giorno di inizio delle attività scolastiche.

ATTUAZIONE DISPOSIZIONI NEI LOCALI DELLA PALESTRA E DEGLI SPAZI ATTIGUI DEL CONVITTO NAZIONALE

Materiali di base in dotazione per lo svolgimento della lezione di Scienze motorie e sportive

Gli studenti e le studentesse, gli alunni e le alunne, quando è programmata la lezione di Scienze Motorie e Sportive, dovranno presentarsi a scuola con l'attrezzatura sportiva (tuta), in quanto non vi è la possibilità di usufruire degli spogliatoi per cambiarsi. Per lo svolgimento dell'attività sportiva è necessario avere uno zaino dedicato contenente:

- una busta per riporre le scarpe da esterno
- una maglietta di ricambio
- una bustina pulita per riporre la mascherina
- una borraccia o bottiglietta d'acqua

SPOSTAMENTO DALLA CLASSE VERSO GLI IMPIANTI SPORTIVI INDOOR O OUTDOOR E VICEVERSA SIA DEL CONVITTO SIA DELLE ASD IN CONVENZIONE

Lo spostamento dall'aula verso gli impianti sportivi indoor o outdoor e viceversa, avverrà sotto la custodia del docente/insegnante/educatore, attraverso i seguenti percorsi:

VIA PINTUS

Le classi raggiungono il luogo di svolgimento della lezione di SM attraverso la scala esterna sul lato nord del fabbricato della Palestra.

Di seguito sono riportate le Uscite che devono essere utilizzate dalle varie classi.

Primaria:

- **gruppo G1** → esce dall'UE-02 fabbricato Auditorium-Palestra
- **gruppo G2** → esce dall'UE-01

Scuola Secondaria di 1 Grado:

- **1C, 2A, 3B, 3C, 3E** → secondo piano, scala C – UE-01
- **1B, 1E, 3A** → secondo piano, scala A, UE-03

- **1A, 2B, 2C, 2E → primo piano, scala B – UE-04**

Licei:

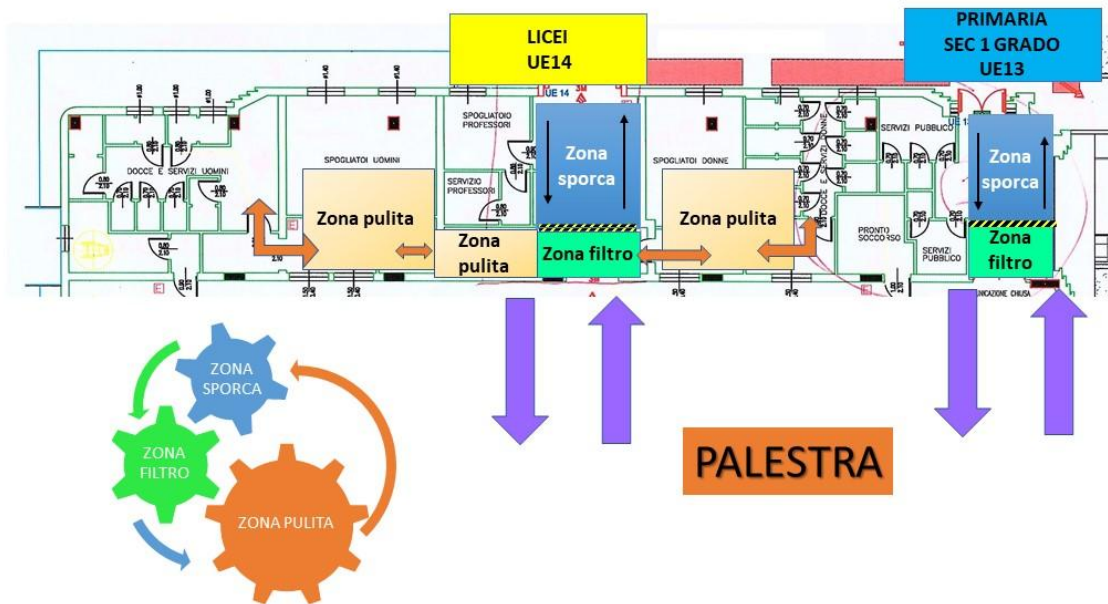
- **LCE 4F → secondo piano, scala A, UE-03**
- **LCE 2F, 3F, 5F, 3E, 4E → primo piano, scala A, UE-03**
- **LCE 1E, 1F, 2E, 5E → piano terra, UE-09**
- **LC 1A, 2A, 3A, 4A, 5A → primo piano, raggiungono l'androne del piano terra tramite la scala C ed escono dall'UE-01**
- **LC 2B e il LSS 1D, 2D, 3D, 4D → primo piano, scala B, UE-04**
- **5D LSS → UE-03 fabbricato Auditorium-Palestra**

Le classi di via Torino, via Manno e piazza Giovanni devono utilizzare gli stessi ingressi ed uscite indicate nel Piano scuola Covid-19.

Tutti e tutte, durante il percorso per recarsi in palestra o negli spazi esterni, devono indossare la mascherina.

Ogni qualvolta non sia possibile rispettare il distanziamento di 1 m è obbligatorio indossare la mascherina.

INGRESSO ED USCITA



Ingresso

In prossimità degli ingressi e delle uscite sono state individuate delle Zone così definite:

- 1. Zona sporca** quella a cui possono accedere tutti.
Tutti coloro che accedono in questa zona devono **rispettare la segnaletica posta sul pavimento** che indica il corretto distanziamento tra le persone.
- 2. Zona filtro** è la zona a cui accederanno solo coloro che devono entrare nelle parti operative della palestra. Una volta arrivati in prossimità della linea di demarcazione **segnalata da un nastro di colore nero/giallo**, tutti dovranno togliersi le scarpe e posizionare le stesse dentro lo zaino personale per poter accedere alla **“zona pulita”**.
Il cambio scarpe dovrà avvenire nel minor tempo possibile per permettere alla persona successiva di poter entrare in palestra.
Tutto quanto non necessario dovrà essere riposto nello zaino personale.
É possibile accedere agli spogliatoi per porre, negli appositi spazi, la propria borsa o zaino e/o per utilizzare i servizi igienici.

3. Zona pulita

Per i Licei comprende:

- ✓ il corridoio che conduce agli spogliatoi
- ✓ gli spogliatoi
- ✓ i bagni
- ✓ la palestra

Per la Primaria e Secondaria 1 grado comprende solo la Zona che precede l'ingresso alla palestra.

Uscita

Licei

Una volta terminata l'attività, studenti e studentesse andranno nello spogliatoio e, dopo aver preso il proprio zaino o la borsa, si recheranno nella “**zona pulita**” dove effettueranno il cambio delle scarpe per poter uscire **dall' UE14**.

Primarie e Secondaria di 1 grado

Una volta terminata l'attività, alunni ed alunne andranno nella “**zona pulita**”, effettuando il cambio delle scarpe e, dopo aver preso lo zaino o la borsa per uscire dall'**UE13**.

Palestra

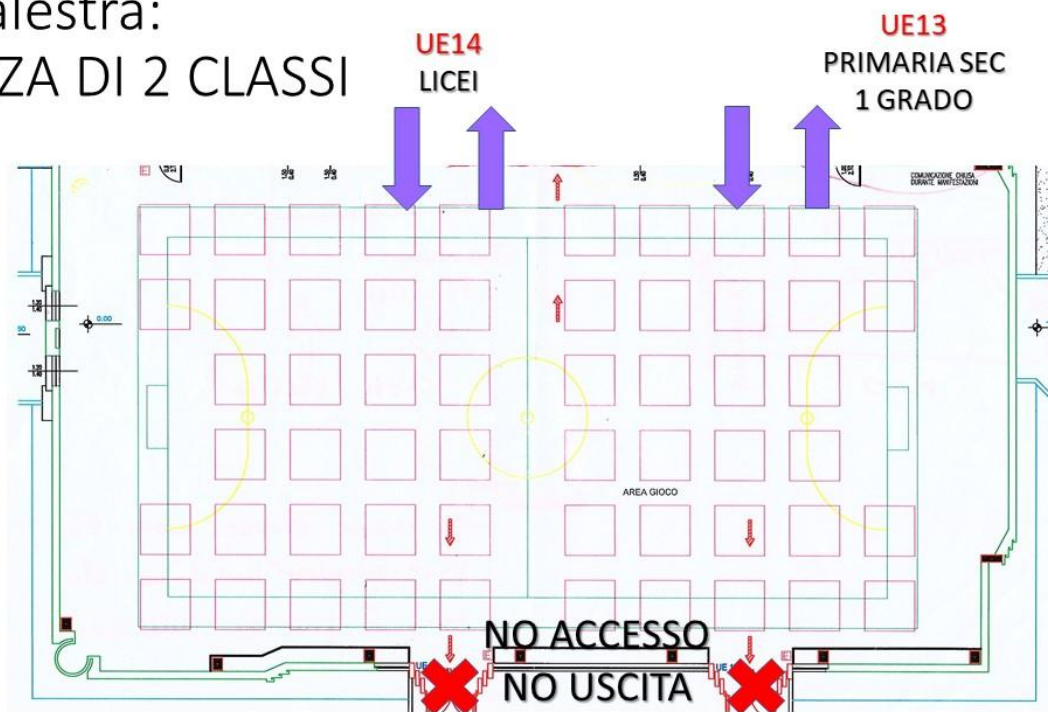
In palestra è obbligatorio utilizzare calzature previste esclusivamente per l'attività fisica che siano state preventivamente pulite e igienizzate o, a discrezione del docente, è consentito lavorare senza scarpe.

All'interno della palestra sono stati tracciati **dei quadrati (2mX2m)** distanziati da una **zona di svincolo (corridoi) di 1 m.** in modo tale da assicurare mediamente la distanza minima richiesta dalle Linee guida.

Lo spazio indicato sarà considerato come punto di partenza per l'attività programmata e aiuterà gli studenti a comprendere l'importanza del distanziamento interpersonale.

Ogni spazio sarà personale per tutta la durata della lezione.

Zona palestra:
CAPIENZA DI 2 CLASSI



UTILIZZO IMPIANTI OUTDOOR DEL CONVITTO

È consentito svolgere l'attività sportiva e l'attività motoria all'aperto, anche presso aree attrezzate, purché nel rispetto della distanza di sicurezza interpersonale di **almeno due metri**.

UTILIZZO IMPIANTI INDOOR E OUTDOOR IN CONVENZIONE

Tutte le classi delle sedi di via Torino e via Manno che usufruiscono degli impianti indoor (Conservatorio) e outdoor (Terrapieno e Sant'Eulalia), in convenzione con il Convitto, seguiranno le regole di accesso e di uscita indicati nel Protocollo delle Società Sportive o ASD che gestiscono gli impianti stessi.

UTILIZZO DI PICCOLI E GRANDI ATTREZZI

SPORT DI SQUADRA

Per ciò che riguarda le attività del Convitto le indicazioni qui riportate ed estrapolate dai documenti ufficiali delle federazioni sportive, sono imprescindibili per lo svolgimento delle attività in palestra.

I Protocolli delle Federazioni degli sport di squadra danno le seguenti indicazioni ed in particolare:

- FIPAV <https://www.federvolley.it/news/protocollo-fipav-aggiornamento-base-al-dpcm-del-7-settembre>
 - **Fonte: PROTOCOLLO FIPAV per la ripresa delle attività del 10/9/2020**
 - **Obbligatoria la disinfezione dei palloni all'inizio durante e alla fine della seduta di allenamento:** “... è richiesta la *DISINFEZIONE* dei palloni all'inizio alla fine e durante l'allenamento; si consiglia a tal proposito l'uso di almeno due cesti che conterranno da una parte i palloni *DISINFETTATI* pronti ad essere utilizzati, dall'altra i palloni utilizzati da disinfettare; la disinfezione avverrà a cura di un operatore sportivo, utilizzando apposita soluzione certificata, al fine di avere un numero di palloni sempre sufficiente per garantire un buon ritmo di allenamento/gioco; **OBBLIGATORIA** la pulizia e disinfezione delle mani con soluzioni certificate ad inizio e fine allenamento; si consiglia di ripetere laddove possibile le stesse operazioni anche durante le fasi di svolgimento dell'allenamento.”
- FIP [http://www.fip.it/public/aggiornamento%20protocollo%20allenamenti%20non%20professionisti%20\(1\).pdf](http://www.fip.it/public/aggiornamento%20protocollo%20allenamenti%20non%20professionisti%20(1).pdf)
 - **Fonte: FIP del 3/08/20 Indicazioni operative per la ripresa degli allenamenti**
 - “...Come svolgere l'attività?
Utilizzo di palloni sanificati all'inizio della seduta di allenamento e da sanificare alla fine della stessa.
Mantenimento del distanziamento sociale di **almeno 2 metri**...”
- FIBa https://www.badmintonitalia.it/images/COVID/Protocollo_Asa_def.pdf
 - **Fonte: protocollo FIBa per la ripresa degli allenamenti**
 - “...Per quanto riguarda lo spazio sportivo è importante garantire gli spazi necessari per il rispetto della distanza di sicurezza delimitando eventualmente le zone di rispetto e i percorsi con distanza minima fra le persone **non inferiore a 2 metri**”
“...Non condividere materiale o alimenti durante l'allenamento; se necessario lo scambio di racchetta prima bisogna disinfettare completamente oppure cambiare il grip...”

- FIGC <https://www.figc.it/media/121365/protocollo-lega-rivisto-finale.pdf>
 - **Fonte: FIGC Indicazioni per la ripresa degli allenamenti delle Squadre di Calcio Professionistiche e degli Arbitri:**
“Tutte le attività devono essere organizzate in modo da garantire il distanziamento sociale (almeno 2 metri), anche in spazi aperti. Qualora le attività impongano di lavorare a distanza interpersonale inferiore a 2 metri e non ci siano altre soluzioni è obbligatorio l’uso delle mascherine.”

SPORT INDIVIDUALI

<http://www.sport.governo.it/media/2135/linee-guida-sport-di-base-e-attivita-motoria.pdf>

Nel caso di utilizzo di un grande attrezzo o di piccoli attrezzi individuali di diversa tipologia (elastici, funicelle, piccoli pesi, materassini yoga), è necessario procedere a l'igienizzazione delle mani, mediante soluzione idroalcolica messa a disposizione dalla scuola in diversi punti della palestra.

COMPORAMENTI DA TENERSI PRIMA E DURANTE LE ATTIVITÀ

PULIZIA DELLE MANI

È a disposizione il sapone per il lavaggio delle mani ed il gel igienizzante.

CON LE MANI SPORCHE: bisogna preventivamente lavare le mani con l’acqua e sapone detergente igienizzante.

CON LE MANI PULITE: per abbassare la carica batterica presente nelle mani si dovrà utilizzare il gel igienizzante che si trova in più punti della struttura.

FREQUENZA: la norma non indica dei cicli specifici. Deve essere chiaro che le mani sono il veicolo principale per la trasmissione delle infezioni e rappresentano il punto principale di trasmissione-contatto con le superfici. Quindi, quando si ritiene di avere le mani sporche è necessario lavarle o usare il gel.

NON PORTARE LE MANI ALLA BOCCA oppure a contatto con gli OCCHI, NASO e le MUCOSE

È severamente vietato consumare cibo all’interno dei locali compresa la parte esterna alla palestra.

UTILIZZO MASCHERINA

Studenti

Durante l’attività fisica di scienze motorie la mascherina non dovrà essere indossata perché la stessa risulta essere pericolosa durante l’attività.

La mascherina durante l’attività sportiva deve essere riposta in una bustina pulita e deve essere reperibile per un pronto utilizzo (esempio: per andare in bagno).

Il mancato utilizzo della sarà sanzionato secondo il Regolamento di Istituto.

Docenti

La mascherina deve essere sempre utilizzata se si è in prossimità dello studente (**DPCM** del 17 Maggio 2020), qualsiasi sia il motivo.