



PROTOCOLLI DI UTILIZZO DELLA PALESTRA SCOLASTICA anno 2020-2021

- Tra una seduta di allenamento e la successiva devono intercorrere non meno di 15 minuti e comunque il tempo necessario per garantire il ripristino delle condizioni di pulizia, disinfezione e sanificazione;
- Sarà assicurata l'aerazione e il ricambio d'aria degli ambienti, ad ogni cambio di "gruppo classe";
- Uno o più dispenser con gel disinfettante a base alcolica verranno posizionati all'ingresso e nei luoghi strategici di utilizzo;
- All'interno dell'impianto potrà essere utilizzato il piano di gioco e una toilette previa specifica pulizia. Non verranno utilizzati spogliatoi;
- Sarà a cura dei collaboratori scolastici è pulire e disinfettare frequentemente i palloni e le attrezzature utilizzate, con particolare riguardo al tappeto di gioco all'inizio e alla fine dello svolgimento di ogni allenamento;
- L'impianto in uso, in base alla metratura rilevata, prevede un piano di gioco che è in grado di far allenare due gruppi contemporaneamente che non superino n°50 di alunni in totale. Per ogni alunno è previsto un distanziamento interpersonale di 1 metro negli spostamenti e 2metri x 2metri in palestra (in analogia a quanto disciplinato nell'allegato 17 del DPCM 17 maggio 2020).
- Nelle prime fasi di riapertura della scuola non saranno praticati i giochi di squadra e gli sport di gruppo, mentre saranno privilegiate le attività fisiche sportive individuali che permettano il distanziamento fisico.
- Attualmente nessun chiarimento definitivo e ufficiale sullo scambio di palloni e oggetti, pertanto per ora ci atteniamo ad un uso propriamente individualizzato;
- L'accesso alla palestra sarà regolamentato evitando il rischio di creare assembramenti e interazioni tra operatori sportivi in ingresso e quelli eventualmente in uscita, soprattutto nel caso in cui siano previsti allenamenti di più gruppi di alunni;

- Tra una seduta di allenamento e la successiva intercorrerà non meno di 15 minuti e comunque il tempo necessario per garantire il ripristino delle condizioni di pulizia, disinfezione e sanificazione;
- Uso obbligatorio in entrata e in uscita dall'impianto del dispenser con gel disinfettante a base alcolica posizionato all'ingresso e nei luoghi strategici di utilizzo;
- È obbligatorio giungere in palestra indossando la mascherina e la tenuta di allenamento, non sarà al momento possibile recarsi negli spogliatoi in entrata e in uscita, ma sarà permesso solo l'utilizzo dei servizi igienici.

Fonti: Criteri indicati dal CTO (Comitato tecnico scientifico), protocolli MIUR e linee guida adottate dalle Federazioni.



PRECAUZIONI IGIENICHE PERSONALI

- Rispettare i tre criteri generali: distanziamento, protezione, pulizia (CTS)
- Ogni alunno dovrà rispettare un distanziamento interpersonale di 1 metro negli spostamenti e 2 metri x 2 metri in palestra (in analogia a quanto disciplinato nell'allegato 17 del DPCM 17 maggio 2020).
- Non è obbligatorio utilizzare la mascherina durante l'attività motoria in quanto potrebbe impedire l'assunzione di una adeguata quantità di ossigeno;
- E', invece, obbligatorio Indossare i dispositivi di prevenzione del contagio prescritti, in tutte le fasi precedenti e successive all'allenamento;
- Si deve mantenere la distanza interpersonale;
- 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 zaino/sacca o borse personali e, una volta rientrati a casa, lavarli separatamente dagli altri indumenti;
- Obbligatorio l'utilizzo di scarpe dedicate (da cambiarsi all'ingresso in campo ed all'uscita e da riporre in apposito sacchetto per scarpe)
- Non sarà possibile utilizzare il deodorante spray per evitare il rischio di uscita accidentale in faccia o negli occhi; quindi sarà concesso solo l'uso di deodoranti a stick o roll-on e di salviette detergenti monouso;
- Bere sempre da bottiglie personalizzate;
- Gettare subito in appositi contenitori i fazzolettini di carta o altri materiali usati;
- E' possibile far uso di attrezzi personali (asciugamano, funicella, tappetino, bande elastiche, bottiglie di plastiche riempite con acqua o riso);

- Non si può consumare cibo all'interno dell'impianto;
- E' possibile l'utilizzo di servizi igienici comuni evitando di toccare il rubinetto prima e dopo essersi lavati le mani. Utilizzare salviette monouso per l'apertura e la chiusura dello stesso;
- Obbligatorio l'uso di dispenser automatici con adeguate soluzioni detergenti disinfettanti, ad inizio e fine allenamento e sarà consigliato di ripetere, laddove necessario, le stesse operazioni anche durante le fasi dello svolgimento dell'allenamento.

Fonti: Criteri indicati dal CTO (Comitato tecnico scientifico), protocolli MIUR e linee guida adottate dalle Federazioni.